

# PINTXOS Y TAPAS

KARLOS ARGUIÑANO







## Mini de pimiento y anchoa

### Elaboración

Limpia las anchoas, retírales la cabeza, las tripas y la espina central. Límpialas y sécalas. Pon la mitad de la sal en un recipiente amplio y extiende encima los filetes de anchoa con la piel hacia arriba. Cubre con el resto de la sal y deja macerar durante 1 hora. Retíralas, pásalas por agua, sécalas y cúbrealas con aceite.

Limpia el pimiento, colócalo en la placa de hornear, sazónalo y riégalo con un poco de aceite. Ásalo en el horno a 180 grados durante 30 minutos. Deja que se temple, pélalo y córtalo en tiras.

Abre los bollitos y tuéstalos en el horno. Rellénalos con 3 filetes de anchoa y unas tiras de pimiento.

### Ingredientes 14 bocadillos

4 bollitos de pan

1 pimiento morrón

12 filetes de anchoas marinadas

*Para 1/2 kg de anchoas marinadas*

1/2 kg de anchoas

1/2 kg de sal gruesa


aceite de oliva virgen

agua









## Sándwich de queso de cabra y tocineta ahumada

### Elaboración

Con un vaso o un cortador redondo de pasta, corta 8 circunferencias del queso de cabra. Retira la costra de las lonchas de queso.

Corta las lonchas de tocineta por la mitad y frielas en una sartén con un poco de aceite. Escúrrelas.

Para montar el sándwich, coloca la rebanada de pan, rellena con la tocineta y el queso y cubre con la otra rebanada de pan.

Pásalos por harina, huevo y pan rallado y frielos por los 2 lados en una sartén con aceite. Escúrrelos sobre papel absorbente de cocina.

### Ingredientes: 14 sándwiches

8 rebanadas de pan de molde

4 lonchas de queso de cabra

2 lonchas de tocineta ahumada

harina

huevo batido

pan rallado

aceite de oliva virgen









## Capricho de tocineta, bacalao y tomate

### Elaboración

Corta el bacalao en filetitos y ponlos en aceite.

Pela el tomate y corta 4 rodajas.

Corta las lonchas de tocineta por la mitad, fríelas en una sartén con un poco de aceite y escúrrelas sobre papel absorbente de cocina.

Abre los bollitos y tuéstalos en el horno. Rellénalos con el tomate, la tocineta y el bacalao.

### Ingredientes 14 bocadillos

4 bollitos redondos

1 lomo de bacalao desalado  
de 200 g

2 lonchas de tocineta ahumada


1 tomate

aceite de oliva virgen









## Tortilla de trufa y torta del Casar

### Elaboración

Limpia la trufa y córtala en láminas finas. Salteala en una sartén con un poco de aceite.

Para la tortilla, puedes hacer una tortilla de cuatro huevos con la trufa salteada y luego trocear en cuatro raciones o batir los huevos con sal en 4 recipientes pequeños, repartir la trufa entre los cuatro recipientes y hacer cuatro minitortillas.

Abre los bollitos de pan, úntalos con el queso, colócalos sobre una placa de horno y gratinalos en el horno durante 1 minuto.

Sirve la tortilla dentro del pan y cómelo en caliente.

### Ingredientes (4 bocadillos)

4 bollos o 4 trozos de pan

100 g de torta del Casar

4 huevos

1 trufa pequeña

aceite de oliva virgen

sal









## Pepito de solomillo

### Elaboración

Pela y pica muy finos los dientes de ajo. Pica también muy fino las ramas de perejil. Mezcla el ajo, el perejil y una cucharada de aceite.

Unta los filetes de solomillo con la mezcla de perejil y ajo y fríelos brevemente por los 2 lados en una sartén con un poco de aceite. Sazónalos.

Corta los bollos de pan, tuéstalos un poco en el horno y rellénalos con los filetes.

### Ingredientes 14 pepitos

4 filetes finos de solomillo  
de ternera

4 bollos redondos

2 dientes de ajo

unas ramas de perejil

aceite de oliva virgen

sal









## Brochetas de cordero

### Ingredientes

Limpia la fruta y las hortalizas y córtalas en trozos de bocado. Corta también la carne. Monta las brochetas, a tu gusto, alternando los diferentes productos.

Sazona las brochetas, régalas con un poco de aceite y cocínalas por cada lado sobre la plancha (bien caliente) durante 4-5 minutos.

Pica muy fina la cebolleta y colócala en un bol. Añade la mostaza, el pimentón, el azúcar, el vinagre, el aceite y la sal. Bate bien y pon la salsa al fuego en una cazuela para que se caliente. Sirvela en una salsera.

### Preparación de la salsa

300 g de cordero

1 tomate

1 pimiento

1 pimiento verde

1 pimiento rojo

Sal

### Para la salsa

1/2 cebolleta

1 cucharadita de mostaza

1 cucharadita de pimentón

1 cucharadita de azúcar

4 cucharadas de aceite de oliva

1 chorro de vinagre

Sal







## Montaditos de penca, queso y jamón

### Ingredientes

Retira la parte verde de las acelgas y reservalas. Limpia las pencas (rebrando los hilos) y córtalas en trozos regulares de unos 6 cm. Ponlas a cocer en la olla expres con agua y una pizca de sal durante 5 minutos. Escurrelas y reservalas.

Cuece en la misma olla la parte verde de las acelgas y las patatas (peladas y troceadas) con una pizca de sal y un chorrito de aceite. Deja cocer durante 5 minutos, tritura con una batidora eléctrica y reserva.

Para montar, pon un trozo de penca, cubre con un trozo de queso y envuélvelo con media loncha de jamón. Reboza los montaditos con harina y huevo y fríelos en una sartén con aceite caliente. Sírvelos en una fuente amplia y acompaña con la salsa.

### Ingredientes para la salsa

3-4 acelgas grandes  
2 patatas  
200 g de jamón cocido  
250 g de queso  
harina  
huevo batido  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal









## Ingredientes 124 mojos:

- 24 mejillones
- 2 tomates
- 1 cebolla
- 1 pimiento verde
- 2 dientes de ajo
- 1 copa de brandy
- aceite de oliva virgen
- sal
- pimienta negra
- percepi

## Mejillones en salsa

### Preparación:

Se lavan los mejillones y se limpian bien. Se colocan en una olla con agua y se cocinan a fuego lento durante 10 minutos. Se sacan y se dejan enfriar. Se lavan y se limpian bien. Se colocan en una olla con agua y se cocinan a fuego lento durante 10 minutos. Se sacan y se dejan enfriar.

Vierte la copa de brandy y enciende. Esta operación es muy importante para el sabor de la salsa.

Limpia los mejillones, es, retirando las barbas y la carne. Ponlos a cocer en una cazuela con un poco de agua hasta que se abran. Una vez abiertos, saca el resto de la carne.

Tras la cocción, saca los mejillones y reserva la salsa en el centro de los mejillones. Pasa la salsa por una rama de perejil.









## Empanada de berberechos

### Para la masa

250 g de harina  
15 g de levadura prensada o de panadero  
40 g de mantequilla  
1 huevo  
½ vaso de agua templada  
una pizca de sal

### Para el relleno

1 cebolla  
1 pimiento morrón asado  
1 tomate  
1 l. kg de berberechos  
aceite de oliva virgen  
sal

### Para decorar

perejil  
pimentón

## Empanada de berberechos

### Ingredientes

Pon la harina, la levadura, la mantequilla y la sal en un bol. Vierte un poco de agua y amasa a mano. Vierte un poco más de agua y sigue amasando hasta conseguir la consistencia deseada. Trabaja la bien sobre una superficie lisa durante 5 minutos. Colócala otra vez en el bol. Tapala con un paño húmedo y deja reposar durante 30 minutos.

Limpia los berberechos en abundante agua fría. Ponlos a cocer en una cazuela con un poco de agua hasta que se abran. Retira la carne y reservalá. Pica la cebolla en juliana fina y ponla a pochar en una sartén con un poco de aceite. Agrega el tomate (pelado y picado) y el pimiento cortado en tiras. Sazona y cocina durante 10 minutos. Deja templar.

Divide la masa en dos partes y extiende cada una con un rodillo. Recorta los bordes hasta conseguir 2 rectángulos. Pon uno sobre una placa de hornear. Rellenalo con las verduras y los berberechos, unta los bordes con huevo batido y tapalo con la otra mitad de la masa. Cierra los bordes, decoralo con los recortes y pinta la superficie con huevo batido. Hornea a 180 grados durante 30 minutos. Espolvorea la mitad de la fuente con perejil picado y la otra mitad con pimentón. Coloca la empanada y decora con una rama de perejil.









## Tortilla de anchoas

### Ingredientes

Limpia las anchoas retirándoles la cabeza, las trietas y la espina. Pícalas y sazónalas.

Pica el diente de ajo en láminas y la guindilla en rodajas. Dora en una sartén con un poco de aceite. Incorpora las anchoas y sátealas brevemente.

Bate los huevos, añade una pizca de sal y de perejil picado.

Agrega las anchoas a los huevos, mezcla suavemente y vierte todo nuevamente en la sartén.

Cocina brevemente por los 2 lados, teniendo cuidado de que no se seque. Sirve la tortilla entera o cortala en pinchos.

### Ingredientes (2 pinchos)

1/2 kg de anchoas  
6 huevos  
1 diente de ajo  
aceite de oliva virgen  
sal  
1/2 guindilla  
perejil picado









### Ingredientes para 4 personas

- 100 g de jamón ibérico
- 1 tomate maduro
- 1 diente de ajo
- aceite de oliva virgen
- sal
- pimienta
- perejil
- 4 rebanadas de pan de leña

## Paleta con tomate y jamón

### Preparación

Limpia el tomate, cortalo por la mitad y ráfalo sobre un bol. Salpimientalo, régalo con un chorro de aceite, espolvorealo con perejil picado, mezcla bien y reservalo.

Celoca las rebanadas de pan sobre la placa de hornear y tuestalas en el horno durante 3-4 minutos.

Pon sobre cada uno un poco del tomate ráfado y un par de lonchas de jamón.









### Ingredientes:

- 1/2 kg de caracoles
- 1/2 kg de setas (noscals, de campo...)
- 1 cebolla o cebolleta
- 2 dientes de ajo
- 1 vaso de salsa de tomate
- 1 cucharada de pure de pimiento choricero (4 pimientos choriceros)
- aceite de oliva virgen
- sal
- 1 guindilla
- 1 hoja de laurel

## Caracoles y setas

### Preparación:

Limpia los caracoles en un recipiente con abundante agua con sal. Repite la operación hasta que no suelten ninguna mucosidad.

Pon abundante agua fría con sal en una cazuela grande. Añade los caracoles y enciende el fuego. Cuecelos durante 8 minutos.

Pica finamente la cebolla y los ajos y pon a pochar en una cazuela con un poco de aceite. Limpia las setas, trocealas e incorpóralas a la sartén. Cocina durante unos 8 minutos a fuego lento.

Añade los caracoles, la salsa de tomate, el pure del pimiento choricero, la guindilla y el laurel. Mezcla bien y cocina todo junto durante unos 15 minutos más. Si la salsa se reduce demasiado puedes agregar un poco de agua.









### Ingredientes 14 por ho

- 1/2 berenjena
- 8 tomates deshidratados
- 8 anchoas en conserva
- agua
- aceite de oliva virgen
- sal
- pimienta
- 4 rebanadas de pan

## Quesos y pan con tomates deshidratados y anchoas

### Preparación

Para los tomates deshidratados en un bol, cubre os con agua y déjales a remojo durante 30 minutos. Retíralos del agua, escúrrelos y ponlos en otro bol cubiertos de aceite. Puedes mantenerlos así durante días.

Corta la berenjena en rodajas, salpimentalas y fríelas a fuego suave por los dos lados en una sartén con un poco de aceite. Retíralas y escúrrelas forrada con papel absorbente de cocina.

Para servir, monta cada rebanada de pan con una rodaja de berenjena, un par de tomates y un par de anchoas.







## Filetes rellenos de verduras

Pela las patatas y la calabaza y trocéalas. Ponlas a cocer en la olla exprés con agua. En 4 minutos estarán a punto. Pasalas por el pasapuré, salpimenta, espolvorea con un poco de perejil picado, mezcla bien y reserva.

Limpia las verduras (ajos frescos, judías verdes y la cebolleta). Corta las judías en 2 trozos y la cebolleta en 4 a lo largo. Pon todo a pochar en una sartén con un poco de aceite. Salpimenta los filetes y rellénalos con las verduras. Enróllalos, ciérralos con un paño y pásalos por pan rallado.

Aplasta con el cuchillo los dientes de ajo sin pelar y ponlos a freír en una sartén con aceite. Añade los filetes, frielos, y escúrrelos sobre papel absorbente de cocina.

Sirve los rollitos y acompáñalos con el puré.

Ingredientes:

4 filetes de redondo de ternera  
4 ajos frescos  
4 judías verdes  
1 cebolleta  
250 g de calabaza  
1-2 patatas  
pan rallado  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimentón  
perejil picado









### Ingredientes 36 porciones

5 huevos  
9 zanahorias  
250 g de brócoli  
1 calabacín  
mahonesa  
una nuez de mantequilla  
pan rallado  
agua  
sal  
perejil picado

## Crema de zanahoria

### Preparación

Pela las zanahorias, separa los ramilletes del brócoli y corta el calabacín en lonchas a lo largo. Pon tres cazuelas con agua y una pizca de sal y cuece las verduras por separado. Escurrelas sobre papel absorbente de cocina.

Pon los huevos en una jarra, pica 7 zanahorias cocidas y añádelas. Tritura todo con la batidora eléctrica hasta conseguir un puré homogéneo.

Para que una vez hecho sea más fácil desmoldarlo, coloca una tira de papel de hornear (untada con mantequilla y espolvoreada con pan rallado) sobre el molde a lo largo de forma que sobresalga del recipiente. Después solo tendrás que tirar del extremo de la tira de papel y verás que fácil sale.

Vierte sobre el molde una capa de puré, corta las otras 2 zanahorias en tiras y colocalas encima. Vierte un poco más de puré y extiende encima los ramilletes de brócoli, continúa con otra capa de puré y las lonchas de calabacín. Rellena el molde con el resto del puré. Introdúcelo en el horno al baño maría a 160 grados durante 45 minutos. Deja templar y desmolda. Acompaña con un poco de mahonesa y espolvorea con un poco de perejil picado.









## Empanadillas de queso, espinacas y huevo

### Ingredientes

Limpia las espinacas, escurrelas y pícalas muy finas. Pela y pica los huevos cocidos y mézclalos con las espinacas. Pica finamente un diente de ajo y saltealo con la mezcla de espinacas y huevo en una sartén con un poco de aceite. Deja que se enfríe.

Extiende las obleas, rellénalas con la mezcla y pon en cada una un par de trocitos de queso. Ciérralas presionando todo el borde con un tenedor. Frielas en una sartén con aceite, escurrelas y resérvalas.

Pela el otro diente de ajo y unta con él una fuente. Limpia la escarola, escurrela y trocéala sobre la fuente. Desgrana la granada e incorpórala. Aliña con aceite, vinagre y sal. Sirve las empanadillas y acompáñalas con la ensalada.

### Preparación por pasos

- 12 obleas de empanadilla
- 200 g de queso manchego
- 250 g de espinacas
- 2 huevos cocidos
- 1 escarola
- 1 granada
- 2 dientes de ajo
- aceite de oliva virgen
- vinagre
- sal









## Pavo mollicolado con verduras

### Ingredientes

#### Ingredientes la receta

500 g de pechuga de pavo  
100 g de judías verdes  
1 cebolla  
1 puerro  
1 zanahoria  
4 dientes de ajo  
aceite de oliva virgen  
vinagre  
sal  
1 hoja de laurel  
15 granos de pimienta negra  
unas ramitas de tomillo  
4 rebanadas de pan

Pon en la olla expres la cebolla, la zanahoria, el puerro, los dientes de ajo, la hoja de laurel, los granos de pimienta y unas ramitas de tomillo. Sazona la pechuga y anadela. Vierte 1 parte de vinagre y 3 de aceite. Tapa la olla y deja cocer durante 7 minutos desde el momento en que empieza a salir el vapor.

Retira la pechuga y las verduras. Pica la zanahoria en bastones y reservalos. Limpia las judías verdes, pícalas en bastones finos y agrégalas a la cazuela del escabeche. Hierve todo durante 5 minutos y apaga el fuego.

Corta la pechuga en filetes gruesos. Sirve un filete sobre cada trozo de pan y adorna con unos bastones de judías y de zanahoria.









## Ingredientes 14 pax/os

### 4 volovanes

300 g de bacalao desalado y desmigado

### 4 pimientos verdes

2 dientes de ajo

1 cebolleta

3 pimientos de piquillo

1 patata

1 vaso de salsa de tomate

1 vaso de caldo de verduras

aceite de oliva virgen

sal

agua

una pizca de pimentón picante

## Volovanes rellenos de ajoarriero

### Preparación

Lava 3 pimientos verdes y colocalos sobre la placa de hornear. Riegalos con un chorro de aceite y sazonalos. Vierte un poco de agua e introduce en el horno a 180 grados durante 30 minutos. Cuando los pimientos estén asados, retira los tallos y las pepitas. Colocalos en una jarra y trituralos con una batidora eléctrica. Pasa por el chino y reserva.

Para el ajoarriero, pica los dientes de ajo en láminas, la cebolleta y el otro pimiento verde en cuadrados. Pon a pochar en una cazuela con aceite y sazona. Cuando vaya tomando color, pela la patata y con un pelador de verduras agrega rodajas finas. Cocina brevemente.

Pica los pimientos del piquillo e incorpóralos. Agrega el bacalao desalado y desmigado, rehoga bien y agrega una pizca de pimentón picante y la salsa de tomate. Hierve todo durante 3-5 minutos.

Rellena los volovanes con el ajoarriero. Sirve un volovan por ración y decora con la salsa de pimiento verde.









### Ingredientes (4 personas)

1 calamar grande

Para la pasta orly:

170 g de harina

200 ml de cava

2 huevos

8 g de levadura

Para la salsa:

1 pimiento morrón

1 cebolla roja

1 tomate

4 dientes de ajo

salsa de tabasco

aceite de oliva virgen

sal

## Receta con salsa de tabasco

### Preparación

Para la salsa, pica los dientes de ajo en laminas y ponlos a dorar en una cazuela con aceite. Pica la cebolla y el pimiento e incorpóralos. Rehoga brevemente y añade el tomate pelado y picado. Añade unas gotas de tabasco, sazón y cocina todo junto durante unos 25-30 minutos. Tritura la salsa, pásala por el chino y reserva.

Para la pasta orly, monta las claras de huevo con una batidora eléctrica de varillas. Agrega la harina y la levadura y mezcla suavemente. Vierte el cava y mezcla. Agrega las yemas, bate un poco hasta que queden incorporadas y deja reposar durante 30 minutos.

Limpia bien el calamar, córtalo en aros, sazónalos y pásalos por la pasta orly. Fríelos junto con 2 dientes de ajo (con piel y aplastados) en una sartén con abundante aceite. Escurrelos sobre un plato forrado con papel absorbente de cocina y pásalos a una fuente amplia. Acompáñalos con la salsa de tabasco.









#### Ingredientes:

- 1/2 kg de hígados de pollo
- 1 barra de pan
- 1 cebolleta
- 2 dientes de ajo
- 4 trozos de apio
- 1/2 copa de brandy
- 1 vaso de nata
- agua
- grasa de pato
- aceite de oliva virgen
- sal
- 10 granos de pimienta negra
- 25 granos de pimienta verde
- 1 cucharadita de tomillo
- 1 hoja de laurel



## Paté casero a la pimienta verde

### Preparación:

En una cacerola con agua hirviendo pon los granos de pimienta negra, la hoja de laurel y el tomillo de Sazona, añade los hígados de pollo troceados y cócelos durante 5 minutos. Escúrrelos y retira la hoja de laurel.

Pica la cebolleta y los dientes de ajo y pon a pochar en una sartén con un poco de aceite. Cuando comiencen a dorarse, agrega los hígados con los trozos de apio y los granos de pimienta negra. Remueve frecuentemente y añade el brandy y los granos de pimienta verde. Vierte el brandy y flamea.

Introduce la nata en un vaso batido y tritura. Si está muy espeso, añade un poco de agua. Cuando este bien triturado, vierte la nata y sigue batiendo.

Para un molde tipo pastel de horno, cubre el molde con la mezcla e introdúcelo en el horno precalentado durante 3 horas. Funde la grasa de pato y cócela encima. Introdúcelo nuevamente en el horno hasta que se solidifique por completo. Corta el pan en rodajas finas y toástalas en el horno. Desmolda el paté y acompaña con las rodajas de pan tostado.









### Ingredientes (6 porciones)

16 champiñones  
32 gambas  
8 dientes de ajo  
aceite de oliva virgen  
sal  
sal gruesa  
1 guindilla de cayena  
perejil

## Champiñones a la plancha con gambas

### Elaboración

Pica muy finos los ajos y ponlos en el mortero. Añade la cayena y un poco de sal gruesa. Maja todo bien. Vierte un poco de aceite y mezcla bien.

Retira el tallo de los champiñones y pasa por agua los sombreros.

Calienta la plancha, untala con un poco del majado y coloca los champiñones (primero con la parte húmeda hacia abajo). Regalos con un poco del majado, espolvorealos con perejil picado y cocinalos 3 minutos por cada lado.

Pela las gambas, sazonalas y cocinalas brevemente en la plancha. Ensarta en un palo 2 gambas y un champiñon y sirve en una fuente amplia. Decora con una rama de perejil.







## Brochetas de hígado con tocineta

### Ingredientes

Corta el hígado en 8 trozos, la tocineta en 4, el pimiento en 4 y los tomates en 2. Ensarta en los palillos de las brochetas un trozo de hígado, uno de tocineta, medio tomate, otro de hígado y finalmente uno de pimiento.

Pon en un vaso basidor los dientes de ajo picados, el pimentón, un poco de perejil picado y el aceite (100 ml). Tritura con la batidora eléctrica.

Salpimenta las brochetas, úntalas con la mezcla anterior y cocínalas sobre la plancha 3-4 minutos por cada lado. Mientras se estén cocinando, úntalas con el adobo. Cuando estén hechas sírvelas en una fuente amplia y decora con una rama de perejil.

Limpia la lechuga, escúrrela y troceala. Colocala en un bol grande, pica la cebolleta y añádela. Alina con aceite, vinagre y sal y mezcla bien. Acompaña las brochetas con la ensalada.

### Ingredientes (4 brochetas)

350 g de hígado de ternera

150 g de tocineta

2 tomates

1/2 pimiento morrón

2 dientes de ajo

hojas de lechugas variadas

1 cebolleta

aceite de oliva virgen

vinagre

sal

pimentón

1 cucharada de pimentón

perejil







#### Ingredientes:

1 kg de anchoas  
 4 tomates  
 1 cebolla  
 1 pimiento verde  
 1 pimiento rojo  
 5 dientes de ajo  
 1 trozo de guindilla picante  
 1 hogaza de pan  
 aceite de oliva virgen  
 sal  
 azúcar  
 agua

## Tostadas con anchoas marinadas

### Preparación

Haz un corte en cruz a los tomates, escóloslos (30 segundos) en una cazuela con agua hirviendo, pélalos y trocealos. Pica 2 dientes de ajo en laminas y ponlos a dorar en una sartén con aceite. Añade los tomates, una pizca de sal y otra de azúcar y cocina durante 15-20 minutos.

Limpia bien las anchoas, retirandoles la cabeza y las tripas. Ábre las y retira la espina central y la cola. Extiéndelas sobre una fuente con la parte de la piel hacia abajo.

Pica los otros 3 dientes de ajo y la cebolla finamente y pon a dorar en otra sartén con abundante aceite. Cuando esté dorado, agrega los pimientos muy bien picados y la guindilla cortada en rodajas. Rehoga y vierte sobre las anchoas.

Corta 16 rebanadas de pan y tuestalas en el horno. Pon un poco de tomate y unas anchoas sobre cada rebanada de pan.







## Ingredientes

200 g de bacalao

1 cebolleta

1 diente de ajo

100 g de harina

1 l de leche

harina

3 huevos

pan rallado

aceite de oliva virgen

sal

perejil

## Croquetas de bacalao

### Preparación

Pica la cebolleta finamente y ponla a pochar en una cazuela con aceite. Pica también el diente de ajo y añádelo. Antes de que llegue a dorarse agrega el bacalao y rehoga brevemente.

Agrega la harina, rehoga y vierte la leche poco a poco sin dejar de remover. Trabaja la masa durante 20 minutos aproximadamente, a fuego medio. Espolvorea con perejil picado, rectifica de sal, mezcla bien y pasa la masa a una fuente. Deja templar un poco y unta la superficie con un poco de aceite o cubre a con film de cocina para que no se le haga costra.

Cuando la masa esté fría, corta y moldea las croquetas. Enharinalas, pásalas por huevo y pan rallado y fríelas en una sartén con aceite caliente.

Cuando estén hechas, retíralas de la sartén y escurre el exceso de aceite sobre un plato cubierto con papel absorbente de cocina.

Sirve las croquetas y adórnalas con unas ramitas de perejil finas.







## Ingredientes para 4 personas

- 750 g de carne de pavo picada
- 1 huevo
- 2 cebollitas
- 1 diente de ajo
- 3 pimientos morrones
- 1 pimiento verde
- 1/2 vaso de vino blanco
- 1 vaso de caldo
- 200 g de semillas de mostaza
- harina de maíz refinada
- aceite de oliva Virgen
- agua
- sal
- pimienta
- perejil picado

## Albóndigas de pavo con semillas de mostaza

### Preparación

Se va a la parrilla en un día soleado y se asan las albóndigas de pavo en un horno a 180°C. Se va asando una a una y se va poniendo en un plato.

Se va a la parrilla y se asan las albóndigas de pavo en un horno a 180°C. Se va asando una a una y se va poniendo en un plato. Cuando estén listas se agregan a la salsa. Se agregan las semillas de mostaza y se va asando una a una y se va poniendo en un plato. Cuando estén listas se agregan a la salsa.

Para la salsa, se va a la parrilla y se asan las albóndigas de pavo en un horno a 180°C. Se va asando una a una y se va poniendo en un plato. Cuando estén listas se agregan a la salsa. Se agregan las semillas de mostaza y se va asando una a una y se va poniendo en un plato. Cuando estén listas se agregan a la salsa.

Para servir, se va a la parrilla y se asan las albóndigas de pavo en un horno a 180°C. Se va asando una a una y se va poniendo en un plato. Cuando estén listas se agregan a la salsa.







### Ingredientes:

8 calamares con sus tintas  
1 cebolla  
1 pimiento verde  
12 dientes de ajo  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal

## Calamaritos a la plancha

### Preparación

Limpia bien los calamares, separa los cuerpos de las aletas y de los tentáculos y reserva las tintas

Pica la cebolla y el pimiento finamente. Pon a rehogar en una sartén con un poco de aceite. Corta los ajos en láminas e incorpóralos. Deja pochar hasta que se doren. Incorpora la mitad de las aletas y los tentáculos bien picaditos. Saltea brevemente y reserva en un plato. Pon un poco de aceite en la misma sartén, agrega las tintas, dáselas un hervor y disuélvelas bien. Tritura con una batidora eléctrica y cuela la salsa

Pon una cazuela con agua al fuego, cuando empiece a hervir, escalfa brevemente el resto de los tentáculos y aletas

Sazona los calamares y regálalos con un poco de aceite y hazlos a la plancha, 3 minutos por cada lado. Sazona los cuerpos de los calamares sobre las verduras pochadas y coloca en el centro los tentáculos escaldados. Salsea con la salsa de tinta de calamar





## Plumón de espárragos

### Ingredientes

Para la crema de espárragos y queso: un vaso de queso, una lata de espárragos con queso, un vaso de leche y un vaso de crema de leche. Para la salsa: un vaso de crema de leche y un vaso de queso.

Para la salsa: un vaso de queso y un vaso de crema de leche. Para la crema de espárragos: un vaso de queso y un vaso de crema de leche.

Para la crema de espárragos y queso: un vaso de queso, una lata de espárragos con queso, un vaso de leche y un vaso de crema de leche. Para la salsa: un vaso de crema de leche y un vaso de queso.

Para la crema de espárragos y queso: un vaso de queso, una lata de espárragos con queso, un vaso de leche y un vaso de crema de leche. Para la salsa: un vaso de crema de leche y un vaso de queso.

### Ingredientes para la crema

- 24 espárragos de lata
- 7 huevos
- 200 ml de nata
- 200 ml de caldo de espárragos
- 200 ml de mahonesa
- mantequilla
- pan rallado
- unas ramas de cebollino
- aceite de oliva virgen
- sal
- pimienta





## Brochetas de bonito con calabacín y pepino

Limpia los tomates, retírales los extremos y corta cada uno en 2 rodajas gruesas. Pela el calabacín y con el pelador de verduras saca 8 laminas largas. Retira la piel del lomo de bonito (reservalo) y córtalo en 4 tajadas hermosas. Envuelve cada tajada de bonito con 2 laminas de calabacín. Ensarta en cada brocheta el tomate y el bonito.

Pica el pimiento, las zanahorias y la cebolleta y ponlas a pochar en una cazuela con aceite. Sazona, añade las pieles y las puntas del bonito, unas ramas de perejil, el vino blanco y un vaso de agua. Deja cocer durante 15 minutos. Cuela la salsa sobre otra cazuela, añádele un poco de harina de maíz refinada diluida en agua y, sin dejar de remover, manten al fuego hasta que espese.

En el momento de servir las coloca las brochetas sobre la plancha y cocínalas durante 3 minutos por cada lado. Preséntalas en una bandeja, sazónalas, espolvóréalas con perejil picado y acompaña con el resto de la salsa a una sazón.

### Ingredientes de la brochetas

400 g de lomo de bonito

2 tomates

1 calabacín

2 zanahorias

1 pimiento verde

1 cebolleta

1 vaso de vino blanco

harina de maíz refinada

agua

aceite de oliva virgen

sal

perjil







### Ingredientes: 4 porciones

8 obleas de empanadillas  
100 g de queso en lonchas  
½ calabacín  
1 cebolleta  
1 diente de ajo  
huevo batido  
salsa de tomate  
aceite de oliva virgen  
sal  
perejil

## Empanadillas de calabacín y queso

### Preparación

Pica el diente de ajo y la cebolleta y pon a dorar en una sartén con un poco de aceite. Limpia el medio calabacín, pícalo finamente, sazónalo y añadelo. Cocina todo hasta que quede bien hecho y deja templar.

Extiende las obleas sobre una superficie plana, pon sobre cada una un trozo de queso y un poco de verdura.

Unta los bordes con huevo batido, cubre con otra oblea y cierra los bordes presionando con un tenedor.

Fríelas por los dos lados en una sartén con aceite y sácalas cuando estén bien doradas y cocinadas. Sirvelas con un poco de salsa de tomate y perejil picado.







### Ingredientes (30 porciones)

250 g de polenta  
200 g de jamón serrano  
50 g de queso parmesano  
1 l de agua  
16 espárragos verdes  
2 zanahorias  
aceite de oliva virgen  
sal

Para rebozar  
pan rallado  
sesamo (tostado y negro)

### Aperitivo de polenta, jamón y queso

Pon el agua a cocer. Cuando empieza a hervir, añade la polenta en forma de lluvia y mezcla bien. Agrega el queso y la sal y sigue mezclando. Mantén al fuego durante 10 minutos, sin dejar de revolver. Fica el jamón y saltéalo en una sartén con un poco de aceite. Incorpora el jamón a la polenta y mezcla bien.

Cubre una bandeja de cristal con papel de aluminio. Extiende la polenta y déjala enfriar. Cortala en cuadraditos, pásalos por la mezcla de pan rallado y semillas de sésamo y fríelos en una sartén con aceite.

Limpia los espárragos, sátealos brevemente en una sartén con aceite. Fíelos en un plato con la polenta y los bechaditos. Acompaña con las zanahorias.

Sirve los bechaditos de polenta y acompáñalos con las zanahorias.







## Revuelto de perretutikos

### Ingredientes

#### Ingredientes 16 platos

##### 4 huevos

1/4 de kg de setas de primavera  
(perretutikos)

6 ajos tiernos

8 rebanadas de pan

aceite de oliva virgen

sal

perejil picado

Coloca 6 rebanadas de pan sobre la placa de horno y cocínalas en el horno durante 2-3 minutos hasta que se doren. Corta las otras 2 rebanadas en tiras y fríelas en una sartén con aceite. Escúrrelas y resérvalas.

Pela los ajos tiernos, pícalos y dóralos en una sartén con un poco de aceite. Limpia las setas con un trapo húmedo, trocéalas con las manos e incorpóralas. Cocina brevemente.

Bate los huevos con una pizca de sal y un poco de perejil picado. Viértelos sobre la sartén y cocina brevemente, de forma que quede jugoso.

Sirve un poco de revuelto sobre cada rebanada de pan y adorna con los panes fritos.







## Ingredientes:

Para los 4 bocadillos de morcilla:

4 láminas de pasta brick

1 huevo

tiras de puerro

1 morcilla

2 cebollas

2 dientes de ajo

agua

aceite

Para los 8 bocadillos de chistorra:

100 g de chistorra

8 pimientos verdes pequeños

salsa de tomate

aceite de oliva virgen

sal

## Bocadillos de morcilla con ensalada de chistorra

### Preparación:

Para los bocadillos de morcilla: Prepara la ensalada de morcilla y puerro. Corta la morcilla en trozos de 1 cm y el puerro en tiras de 1 cm. Ponlos a cocer en agua con sal durante 10 minutos. Escúrrelos y pásalos por agua fría. Ponlos a cocer en una sartén con un poco de aceite de oliva durante 10 minutos y pásalos por agua fría.

Prepara la ensalada de chistorra. Corta la chistorra en trozos de 1 cm y los pimientos en tiras de 1 cm. Ponlos a cocer en agua con sal durante 10 minutos. Escúrrelos y pásalos por agua fría. Ponlos a cocer en una sartén con un poco de aceite de oliva durante 10 minutos y pásalos por agua fría.

Para los bocadillos de morcilla: Prepara la ensalada de morcilla y puerro. Corta la morcilla en trozos de 1 cm y el puerro en tiras de 1 cm. Ponlos a cocer en agua con sal durante 10 minutos. Escúrrelos y pásalos por agua fría. Ponlos a cocer en una sartén con un poco de aceite de oliva durante 10 minutos y pásalos por agua fría.

Para los bocadillos de chistorra: Prepara la ensalada de chistorra. Corta la chistorra en trozos de 1 cm y los pimientos en tiras de 1 cm. Ponlos a cocer en agua con sal durante 10 minutos. Escúrrelos y pásalos por agua fría. Ponlos a cocer en una sartén con un poco de aceite de oliva durante 10 minutos y pásalos por agua fría.





## Cremitas de Vajitas con queso

### Ingredientes

#### Ingredientes (20 piezas)

4 hojas de pasta filo  
100 g de queso  
2 cebolletas  
1/2 de l de caldo de pollo  
16 hojas pequeñas de gelatina  
8 cucharadas de nata líquida  
harina  
huevo batido  
pan rallado  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal  
perejil

Pon las hojas de gelatina en un recipiente con agua fría.

Pica las cebolletas finamente y ponlas a pochar en una cazuela con aceite. Cuando cojan un poco de color agrega una cucharada de harina. Vierte el caldo de pollo poco a poco sin dejar de remover con una varilla manual.

Pica el queso en dados, incorpóralo y espata a fuego medio. Sazona y agrega las hojas de gelatina remojadas. Bate hasta que queden incorporadas a la masa. Monta la nata a mano y añadela.

Retira del fuego y pasa la masa a un recipiente. Deja reposar hasta que endurezca. Corta la masa en cuadraditos y envuelve cada uno con un trozo de pasta filo. Pasa cada trozo por huevo batido y pan rallado. Frielos y sálvelos en una fuente amplia. Adorna con una rama de perejil.





## Ingredientes 14 crepes

200 ml de leche

100 gr de harina

2 huevos

1/2 de kg de habas peladas y cocidas

1 cebolleta

100 g de panceta ibérica

agua

aceite de oliva virgen extra

sal

perejil

Para el fondo de verduras

1 diente de ajo

100 g de judías verdes

1 pimiento verde

1 cucharada de harina

1 vaso de vino blanco

1 vaso de agua

aceite de oliva virgen

sal

## Crepes de habas

### Preparación

Para el fondo de verduras: calienta un poco de aceite de oliva en una sartén con aceite. Sofríe el ajo, las judías y el pimiento verde durante 10 minutos. Añade una cucharada de harina, el vino blanco, el agua y una pizca de sal. Cocina durante 10 minutos.

Para las habas: calienta un poco de aceite de oliva en una sartén con una cucharada de harina. Añade las habas y saltea durante 10 minutos. Calienta bien el aceite de oliva en una sartén con una cucharada de harina. Espárcela bien por la sartén y cocina durante 10 minutos. Añade las habas y saltea durante 10 minutos. Continúa de esta manera hasta que tengas todas las habas cocidas.

Para las crepes: calienta un poco de aceite de oliva en una sartén con un poco de aceite. Sofríe el ajo, las judías y el pimiento verde durante 10 minutos. Añade una cucharada de harina, el vino blanco, el agua y una pizca de sal. Cocina durante 10 minutos. Añade las habas y saltea durante 10 minutos. Continúa de esta manera hasta que tengas todas las habas cocidas. Sirve en una bandeja y coloca a tu gusto las verduras.







## Tartaletas de alcachofas con velouté de jamón

### Ingredientes

Pica muy finos la cebolleta, el diente de ajo y el pimiento verde. Pon todo a pochar en una sartén con aceite. Incorpora el jamón picado en taquitos y sala. Añade las alcachofas y cocínalas brevemente.

Para la velouté, pon un poco de aceite en una sartén, agrega una cucharada de harina, remoga bien y vierte el caldo poco a poco sin dejar de remover.

Rellena los hojaldres con las alcachofas con jamón, vierte encima de cada hojaldre un poco de la velouté y gratina en el horno.

### Ingredientes 14 porciones

- 4 tartaletas de hojaldre
- 1 bote de alcachofas pequeño
- 1/2 de l de caldo de pollo y jamón
- 1 cebolleta
- 1 diente de ajo
- 1 pimiento verde
- 50 g de jamón serrano
- 1 cucharada de harina
- aceite de oliva virgen
- sal







### Ingredientes 13 pinchos

- 1 kg de patatas
- 1 cebolla
- 1 pimiento verde
- 4 huevos
- aceite de oliva virgen
- sal

## Tortilla de patatas

### Preparación

Pela la cebolla y las patatas. Pica la cebolla en trozos no muy pequeños y ponla a dorar en una sartén con abundante aceite.

Mientras tanto pica las patatas en dados, sazónalas y añádelas a la sartén. Agrega el pimiento picado en dados y fríe todo a fuego medio, removiendo de vez en cuando hasta que se dore todo un poco. Retira y escurre.

Bate los huevos en un recipiente grande, sazónalos, agrega las patatas, cebolla y pimiento y remueve todo bien.

Pon un poco de aceite en una sartén y vierte la mezcla anterior. Cúajala el huevo, primero a fuego vivo y después un poco más suave. Voltea la tortilla para que se dore por ambos lados y sirve caliente.







## Sopa fría de huevo y gambas

### Ingredientes

#### Ingredientes 12 copitas

4 naranjas  
20 gambas  
1 diente de ajo  
3 huevos  
agua  
100 ml de aceite de oliva virgen  
vinagre  
sal  
perejil

Pon a cocer un par de huevos hasta que estén duros (aproximadamente 10 minutos). Deja enfriar y pélos. Pela las gambas y ponlas a cocer durante 2-3 minutos en una cazuela con agua, una pizca de sal y una rama de perejil. Escúrrelas y déjalas enfriar.

Corta las naranjas por la mitad y exprímelas.

Pon el huevo en el vaso batidor (americano), el trozo de ajo, un chorrito de vinagre y una pizca de sal. Pon en marcha la máquina y agrega el aceite poco a poco. Cuando esté bien ligado, vierte el zumo de naranja poco a poco. Introduce en el frigorífico para que se enfíe. Si quieres enfriarlo más deprisa añade unos hielos, mezcla bien y retíralos.

Pica los huevos y 8 gambas en trocitos pequeños. Coloca un poco en cada copita y vierte la sopa encima. Decora cada copa con una gamba ensartada en un palillo. Espolvorea con un poco de perejil picado.





## Chuletillas de cordero a la gallega

### Ingredientes

Para preparar la pasta orly, necesitas: 1 clara de huevo, 60 g de harina, 1 cucharadita de levadura, 1 yema de huevo, 60 ml de cava y una pizca de sal. Deja reposar durante 30 minutos.

Sazona las chuletillas, colócalas sobre una placa de horno. Pica un diente de ajo finamente y ponlo encima de las chuletillas. Riegala con un poco de aceite de oliva y introduce en el horno a 200 grados durante 10 minutos.

Retíralas del horno y deja que se enfríen. Pasalas por la pasta orly y fríelas en una sartén con aceite caliente. Escúrrelas bien y sávelas a la salsa de tomate.

### Ingredientes la paella

4 chuletillas de cordero  
1 diente de ajo  
4-6 cucharadas de salsa de tomate  
aceite de oliva virgen  
sal

#### Para la pasta orly

1 clara de huevo  
60 g de harina  
1 cucharadita de levadura  
1 yema de huevo  
60 ml de cava  
sal





## Paquetitos de pasta brick y jamón con guiso de guisantes

Pica muy fina la cebolleta y ponla a pochar. Cuando se dore un poco añade los guisantes, agua y una pizca de sal. Cuece durante 10-15 minutos, tritura con una batidora eléctrica y pasa la crema por el chino.

Escalfa los huevos en una cazuela con agua y un chorro de vinagre. Reservalos.

Pica muy fino el jamón, fríelo brevemente en una sartén con un poco de aceite y escurrelo.

Estiende las obleas de pasta brick, colócalas encima un huevo y un poco de jamón. Cierra las hojas formando paquetitos. Fríelos en una sartén con aceite y escurrelos sobre papel absorbente de cocina. Sirve en una fuente, acompáñalos con la salsa y espárragos por perejil picado.

### Ingredientes la receta:

4 huevos  
4 obleas de pasta brick  
100 g de jamón serrano  
1 cebolleta  
200 g de guisantes  
agua  
aceite de oliva virgen  
vinagre  
sal  
perejil picado







## Ingredientes la brocheta

- 1 cebolla
- 3 plátanos
- 4 cebolletas rojas pequeñas
- 100 g de tocineta en lonchas
- 3 dientes de ajo
- 2 pimientos morrones
- 12 tomates cherry
- aceite de oliva virgen
- sal
- pimienta
- perejil picado

## Brochetas de conejo y plátano

### Preparación

Limpia los pimientos morrones, lavados, callos a placa de horno, riegos con un chorro de aceite, espolvorealos con un poco de sal y mételos en el horno a 150 grados durante 10 minutos. Corta los pimientos, péalos y quítalos en tiras finas y cortas finamente y añadelas a las cebollas y tomates.

Con un cuchillo, pela los lomos de plátano y la carne de los muslos traseros y cortalos en trozos de 2 cm (reserva los riñones). Pela los plátanos y córtalos en 3 trozos. Envuelve cada trozo de plátano con una loncha de tocineta. Ensarta en cada uno de los trozos un trozo de plátano, un trozo de tocineta, una cebolleta, un trozo de conejo y un trozo de cebolla. Colócalas sobre una bandeja de horno untada con aceite, riegasas con un chorro de aceite e introdúcelas en el horno a 200 grados (previamente calentado) durante 20 minutos.

Corta las cebollas en laminas y ponlas a dorar en una sartén con un poco de aceite. Cuando las cebollas estén cortadas en laminas y bien doradas, pásalas a la sartén y pásalas brevemente y espécias. Sirve la brocheta, riega con la salsa de tomate y acompaña con la salsa de tomates y ajo y un poco de pimiento morrón.







### Ingredientes (6 copias)

200 g de miga de pan  
 200 g de almendras  
 2 dientes de ajo  
 agua  
 aceite de oliva virgen  
 vinagre  
 sal

### Guarnición

melón, uvas, jamón

## Ajoblanco

### Preparación

Pon la miga de pan en un bol y añade agua fría y deja a remojo. Cuando estén bien empapadas, ponlas en el procesador.

Casca las almendras y tritónalas durante un par de minutos en una cazuela con agua hirviendo. Retíralas a piel con una sartén y tritónalas a su vez.

Agrega los ajos, vinagre y sal a la mezcla y tritónala hasta conseguir una crema homogénea. Incorpora el agua poco a poco y continúa tritónala. Déjala en el frigorífico.

Para la guarnición, haz unas láminas de melón, pea unas uvas y trocea finamente el jamón. Sirve el plato con un poco de guarnición y vértelo encima el ajoblanco.







### Ingredientes 14 piezas

- 8 anchovas
- 4 pimientos del piquillo
- aceite de oliva virgen
- sal

#### Para rebozar

- 1 huevo
- 2 cucharadas de aceite
- 1/2 de vaso de leche templada
- 2 cucharadas de harina
- 1 sobre de levadura

## Los pimientos del piquillo, aburridos

### Preparación

En un bol las cucharadas de aceite, el huevo, la leche, la harina y la levadura. Mezcla bien hasta conseguir una masa homogénea.

Monta la clara de huevo con una batidora eléctrica e incorpórala a la masa con movimientos suaves y envolventes. Deja reposar durante 10 minutos.

En un cazo ponemos a hervir agua. Cuando esté hirviendo, echamos las anchovas y los pimientos. Dejas asar unos 10 minutos y cuando estén cocidos, los colocas sobre cada una mesa de pimientos del piquillo y otra anchoa. Sazonas y dejas reposar unos minutos antes de servir.

¡Y listo! ¡Que disfrutéis de esta deliciosa receta!







### Ingredientes 14 porciones

4 filetes de pechuga de pollo  
4 lonchas de queso  
1 cucharadita de alcaparras  
1 cebolleta  
1 zanahoria  
2 dientes de ajo  
1 patata grande  
harina  
1 vaso de cerveza  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimienta  
perejil picado

## Rollitos de pollo y queso con alcaparras

### Preparación

Salpimenta los filetes de pollo y coloca en el centro de cada uno una loncha de queso y unas 6-8 alcaparras. Enrolla los filetes sobre si mismos y pinchalos con un palillo.

Pásalos por harina y fríelos en una sartén con aceite al que habrás añadido 1 diente de ajo entero y sin pelar. Retira los rollitos. Pica la cebolleta, 1 zanahoria y la zanahoria cortados muy finos y ponlos a cocinar en la misma sartén. Cuando la verdura esté bien cocinada agrega 1 cucharada de harina, rehoga brevemente y echa la cerveza. Cocina durante 10-15 minutos, pásala salsa por el pasapures y ponla en una cazuela amplia y baja.

Pela la patata, córtala en dados, fríela en una sartén con aceite y escúrrelas. Introduce los rollitos de pollo dentro de la salsa, espolvorea con perejil picado y agrega las patatas. Sirve en un platito el rollito acompañado de unas patatas y salsa todo.







## Langostinos con salsa de tabasco

Para los langostinos, primero se lavan muy bien y se limpian. Se cocinan en agua con sal y se dejan enfriar. Se cortan a la mitad y se cocinan en una sartén con aceite de oliva y ajo. Se agregan los langostinos y se cocinan hasta que estén bien cocidos. Se agregan los ingredientes de la salsa y se cocinan hasta que estén bien cocidos.

Para la salsa, se agregan los ingredientes y se cocinan hasta que estén bien cocidos. Se agregan los langostinos y se cocinan hasta que estén bien cocidos. Se agregan los ingredientes de la salsa y se cocinan hasta que estén bien cocidos.

Se agregan los langostinos y se cocinan hasta que estén bien cocidos. Se agregan los ingredientes de la salsa y se cocinan hasta que estén bien cocidos.

### Ingredientes para 4 personas

8 langostinos  
8 hojas de lechuga  
2 huevos  
harina  
aceite de oliva virgen  
sal  
agua

### Para la salsa

1 puero  
1 cucharadita de harina  
125 ml de salsa de tomate  
125 ml de caldo de langostinos  
tabasco al gusto  
aceite de oliva virgen







### Ingredientes 14 porciones

300 g de lomo de cerdo  
1/2 pimiento morrón asado  
1 cebolleta  
4 ajos frescos  
4 espárragos verdes  
2 pimientos choriceros  
1/2 vaso de vino blanco  
agua  
harina  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimienta

## Dados de lomo en el cazuelín

Retira el tallo y las pepitas de los pimientos choriceros y ponlos a remojar durante un par de horas en un bol con agua templada. Retira la carne con un cuchillo. Corta el pimiento morrón asado en tiras y resérvalo.

Corta el lomo en dados grandes, sapepmentalos pásalos por harina y frielos en una cazuela amplia y baja. Cuando estén dorados, sácalos a un plato.

Pica finamente la cebolleta y los ajos frescos y ponlos a dorar en la misma cazuela. Cuando estén dorados añade los dados de lomo, la carne de los pimientos choriceros, el vino y un poco de agua y cocina a fuego suave durante 15 minutos.

Retira el tallo de los espárragos y saltea las puntas en una sartén con un poco de aceite. Sirve en platillos individuales un par de dados de lomo, decora con un trocito de pimiento morrón asado y con las puntas de espárrago.







### Ingredientes (10 piezas)

30 almejas  
1 cebolla  
1 l de leche  
3 cucharadas de harina  
salsa de tomate  
agua  
aceite de oliva virgen  
perejil

Para empanar  
harina  
huevo  
pan rallado

## Almejas fritas

### Elaboración

Cocina las almejas al fuego con una cantidad de agua un poco de agua hasta que se abran. Escúrrelas bien y saca las conchas y pisa la carne.

Pica muy fina la cebolla, pónla a pochar en una cazuela con un poco de aceite y sazón. Cuando la cebolla este pochada, incorpora la carne de las almejas. Añade la harina y rehoga fuertemente. Vierte el jugo de las almejas y la leche poco a poco, sin dejar de batir. Sazona y espolvorea con un poco de pan rallado. Cocina, sin dejar de remover, hasta que espese.

Para la masa de pan rallado y huevo batido. Cuando esté lista repasa las conchas. Pasadas por harina, huevo batido y pan rallado. Fríelas en una sartén con aceite caliente. Escúrrelas y espolvorea con un poco de pan rallado con papel absorbente de cocina. Para servir, puedes poner un poco de salsa de tomate en el plato de la fuente y espolvorear las almejas. Guarnición con perejil.







## Ingredientes 14 brochetas

- 8 riñones de cordero
- 4 lonchas de tocineta
- 8 setas de cultivo
- 1 batata o boniato
- 1 patata
- 1 remolacha
- 1 lechuga
- 1 cebolleta
- 1 vaso de vino blanco
- agua
- aceite de oliva virgen
- vinagre
- sal
- unas ramas de tomillo
- unas hojas de laurel
- unos granos de pimienta
- pimentón
- perejil

## Brochetas de riñones con chips de colones

### Preparación

Limpia los riñones retirándoles la teña que los cubre. Abrelos por la mitad y dales un breve hervor en una cazuela con agua hirviendo, vinagre, unas hojas de tomillo, unas hojas de laurel y unos granos de pimienta. Retíralos y escúrrelos. Sazonalos y ponlos en una fuente con el vino blanco, un poco de pimentón y perejil picado. Deja macerar durante 10 minutos.

Pela la patata, la remolacha y la batata. Cortalas en forma de patata chip y fríelas en una sartén con abundante aceite. Una vez fritas, retíralas y escúrrelas.

Monta las brochetas, alternando los riñones, trozos de tocineta y setas. Salpimientalas y cocinalas por los 2 lados sobre una plancha bien caliente.

Limpia una lechuga, pícala y ponla en un bol. Pica la cebolleta en juliana fina e incorpórala. Alina con aceite, vinagre y sal. Sirve las brochetas y acompáñalas con los chips y la ensalada.







### Ingredientes para 4 personas

8 ostras  
 100 g de espinacas  
 100 ml de nata  
 aceite de oliva virgen  
 sal gruesa  
 pimienta  
 un puñado de hojas de perejil

#### Para la salsa holandesa

3 yemas de huevo  
 250 g de mantequilla  
 zumo de medio limón  
 sal

## Ostras gratinadas con salsa holandesa

### Preparación

Para la salsa holandesa, pon en un cazo la mantequilla a fundir; cuando esté fundida retira la espuma. Temple un bol al baño maría, vierte dentro el zumo de limón y agrega las yemas. Bate bien con una varilla hasta que vaya montando. Sazona y añade la mantequilla fundida poco a poco, sin dejar de batir. Reserva.

Abre las ostras y súetelas. Reserva la carne y el líquido. Tira las conchas planas y coloca las profundas sobre una placa de horno cubierta con sal gruesa.

En una sartén con un poco de aceite saltea las espinacas picadas durante unas horas de 10-15 minutos. Salpimienta e incorpora la nata y el caldo de las ostras. Déjalo reducir un poco.

Coloca sobre cada concha un poco de salsa de espinacas, la carne de la ostra y cubre con un poco de salsa holandesa. Gratina en el horno durante 2-3 minutos. Adorna con unas ramas de perejil.





### Ingredientes y preparación

1/2 kg de falda de ternera  
50 g de sanderuelas secas  
1 cebolleta  
1 tomate  
1 vaso de vino blanco  
1 vaso de agua  
harina  
aceite de oliva virgen  
1 cucharada de zumo de limón  
sal  
pimienta  
una pizca de canela en polvo  
1 ramillete de hierbas aromáticas  
(romero, laurel, tomillo, salvia)  
perejil picado  
triángulos fritos de maíz para  
acompañar

## Enchilado de ternera con sanderuelas

### Preparación

Corta la falda en filetes finos, sala mientas y ponlos a macerar durante 30 minutos en un bol con aceite, el zumo de limón, la canela en polvo, y las hierbas aromáticas (laurel, tomillo, romero y salvia).

Pica la cebolleta y ponla a guisar en aceite de oliva hasta que coja color. Pela el tomate, picalo, mézclalo y guisalo durante unos 10 minutos.

Pasa los filetes de la macerada y déjalos secar en un exprés junto con la cebolleta y el tomate. Sala, támbien las sanderuelas, pásalas por harina, trázalas en una sartén con aceite y déjalas frito. Limpia bien las sanderuelas con agua del barro que en su interior quedan. Vierte el resto de tierra, añadelas, vierte el vino, el agua, la sal y el perejil picado y tapa. Guisa durante 10 minutos. Sirve en cada plato un filete, unas sanderuelas y un par de triángulos fritos de maíz.







## Tapa de jamón y queso

### Ingredientes

Corta el pan en rodajas finas con un cuchillo de sierra. Coloca 12 sobre una placa y deja el resto sin tostar. Tréstalas en el horno durante un par de minutos.

En una sartén con aceite fríe los pimientos. Colócalos en un plato y cubrelos con unas lonchas de jamón. Acompaña el plato con las rebanadas de pan sin tostar.

Pela el tomate y córtalo en rodajas finas. Sobre las rebanadas de pan tostado, coloca una rodaja de tomate y encima una loncha de jamón. Mezcla en un bol un poco de vinagre y aceite y bátelo bien. Pasa cada tapa.

Para finalizar, puedes acompañarlas con unas aceitunas, servidas en un bol y aliadas con vinagre y aceite. ¡Buen provecho!

Si quieres más ideas de recetas de tapa, visita nuestra web o búscalas en la tienda del queso y jamón de calidad. ¡Mezcla de aceituna, tomate y aceite!

### Ingredientes para 12 personas

- 250 g de jamón ibérico
- 200 g de torta del Casar
- 16 pimientos verdes pequeños
- 1 barra de pan
- 1 tomate
- 10 aceitunas negras
- 2 tomates deshidratados
- aceite de oliva virgen
- vinagre de Modena







## Centra de Alcachofas con Almejas

### Preparación

Limpia las alcachofas retirando las hojas exteriores y la parte superior. Reserva media y trocea las otras. Ponlas a cocer en una cazuela con 1 vaso de agua, la nata, una rama de perejil y una pizca de sal. Cuecelas durante 35-40 minutos. Trita las con la batidora eléctrica y pásalas por un colador.

Pica muy fina la cebolleta y ponla a dorar en una cazuela con aceite. Agrega la harina, mezcla y cocina brevemente. Vierte encima el puré de alcachofas, mezcla bien y dale un hervor.

Pela la media alcachofa reservada anteriormente. Córtala en láminas finas y fríelas en una sartén con aceite.

Pon una sartén al fuego, agrega las almejas y mantenlas al calor hasta que se abran. Coloca 1 huevo de trucha en la concha que no tiene carne. Sirve en cuencos pequeños un poco de crema, una almeja y una lámina de alcachofa. Acompaña con las tostadas.

### Ingredientes 14 porciones

- 4 alcachofas
- 4 almejas
- 1/2 cebolleta
- 1 cucharada de huevos de trucha
- 1/2 vaso de nata
- 1 cucharada de harina
- agua
- aceite de oliva virgen
- sal
- perejil
- tostadas finas para acompañar







## Empanadillas de acelgas y jamón serrano

### Ingredientes

12 obleas de empanadilla  
200 g de acelgas  
100 g de jamón serrano  
12 zanahorias pequeñas o 3 grandes  
1/2 l de leche  
25 g de harina  
1 vaso de salsa de tomate  
1 huevo  
aceite de oliva virgen

Para hacer la bechamel, pon un poco de aceite en una sartén. Pica el jamón serrano, incorpóralo y remueve. Añade la harina, rehoga brevemente y a continuación vierte la leche lentamente sin dejar de remover hasta que espese. Añade las acelgas a la bechamel y mezcla bien. Deja que se enfríe la masa.

Refría las empanadillas y rellena con la mezcla de bechamel y jamón. Colócalas en una fuente y acompáñalas con un poco de salsa de tomate.

Colócalas en una fuente y acompáñalas con un poco de salsa de tomate.

### Ingredientes (12 piezas)

- 12 obleas de empanadilla
- 200 g de acelgas
- 100 g de jamón serrano
- 12 zanahorias pequeñas o 3 grandes
- 1/2 l de leche
- 25 g de harina
- 1 vaso de salsa de tomate
- 1 huevo
- aceite de oliva virgen







## Rollitos de calamares millos

### Ingredientes

Limpia los calamares, separándoles la cabeza, los tentáculos y las aletas. Enjuágalos bien, retírales las tripas y dales la vuelta. Elimina cualquier membrana o suciedad que puedan tener.

Céctalos en aros, sazónalos, pásalos por harina y huevo batido y fríelos en una sartén con aceite. Escúrrelos sobre papel absorbente de cocina.

Abre los bollitos de pan, si quieres puedes tostarlos un poco en el horno. Coloca los calamares y aderezalos con mahonesa.

Ingredientes para servir

- 4 bollitos de pan pequeños
- 2 calamares de 20 centímetros
- 4 cucharadas de mahonesa
- limón
- 2 huevos batidos
- aceite de oliva virgen
- sal







## Croquetas de jamón serrano

### Ingredientes

Pon en una cazuela a calentar la mantequilla cortada en dados.

Mientras tanto pica la cebolleta y el diente de ajo. Cuando se funda la mantequilla pon la cebolleta y el ajo a pochar durante 5-8 minutos, incorpora el jamón picado y rehoga brevemente. Añade la harina y mezcla bien, vierte la leche poco a poco, sin dejar de remover. Trabaja la masa durante 15-20 minutos aproximadamente. Espolvorea con perejil picado y extiéndela en una fuente. Unta la superficie con un poco de mantequilla para que no se haga costra y déjala enfriar.

Cuando la masa esté fría, corta y moldea las croquetas. Enharina, pásalas por huevo y pan rallado y fríelas en aceite bien caliente.

Cuando estén hechas, retíralas de la sartén y escurre el exceso de aceite sobre un plato cubierto con papel absorbente de cocina.

Sirve las croquetas y adórnalas con una ramita de perejil.

### Ingredientes para 4 personas

100 g de mantequilla  
100 g de harina  
200 g de jamón serrano  
1 cebolleta  
1 diente de ajo  
1 l de leche  
1 rama de perejil (para decorar)

### Para rebozar y freír

harina  
huevo  
pan rallado  
aceite de oliva virgen







## Crepes rellenos de gambas

### Ingredientes

#### Ingredientes para 4 personas

1/2 l de leche  
125 g de harina  
1 huevo  
1 sobre de tinta de calamar  
32 gambas  
1 puerro  
1 cebolleta  
1 vaso de salsa de tomate  
2 vasos de agua  
2 dientes de ajo  
1/2 copa de brandy  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimienta  
perejil

Deja 8 gambas enteras y pela las otras 24 (reserva las cabezas). Pica los dientes de ajo en laminas y ponlos a pochar en una cazuela con un poco de aceite. Dóralos un poco y añade las cabezas de las gambas, machacalas y vierte el brandy. Flamea y vierte la salsa de tomate y el agua. Sazona y deja reducir durante 15-20. Tritura con una batidora y pasa la salsa por el chino.

Pon en una jarra la harina (reserva una cucharada), el huevo, la tinta de calamar, 1/2 de l de leche, una cucharada de aceite, una pizca de sal y un poco de perejil picado. Tritura con la batidora eléctrica. Pon una gota de aceite en una sartén, vierte un poco de masa de crepes y extiendela. Cocina brevemente y volteo. Repite la operación hasta terminar toda la masa.

Pica muy fino el puerro y la cebolleta y pon a pochar en una sartén con aceite. Cuando estén dorados, salpimienta, añade las gambas peladas a la sartén y saltealas. Incorpora 1 cucharada de harina, rehoga un poco y vierte 1/2 de litro de leche poco a poco sin dejar de remover. Cocina durante 5-8 minutos y deja templar. Rellena las crepes con el relleno de gambas, fríelas brevemente en una sartén con aceite y escúrrelas sobre un plato con papel absorbente de cocina. Retira el aceite de la sartén y saltea las gambas enteras. Acompaña con un poco de salsa.







### Ingredientes la pichou

4 vieiras

1 cebolleta

1 tomate

1 diente de ajo

1/2 copita de brandy

1/2 lechuga

aceite de oliva virgen

sal

Para la provençal

3 cucharadas de pan rallado

2 dientes de ajo

1/2 cucharadita de perejil picado

## Vieiras gratinadas con provençal

### Preparación

Abre las vieiras, pásalas por el grifo para eliminar la arena, retira las telitas, separa los corales de los troncos y córtalos en dos. Reserva.

Pica muy finas las cebolletas y ponlas a pochar en una sartén con un poco de aceite. Pela el tomate, pícalo bien e incorpóralo a la sartén. Deja pochar.

Pica muy fino el diente de ajo y ponlo a freír en una sartén con aceite. Incorpora las vieiras y saltealas. Vierte el brandy y flamea. Selecciona las conchas profundas y sirve en cada una un poco de la fritada, encima pon 1 coral y un tronco (cortados en dos).

Mezcla en un bol los ingredientes de la provençal y espolvorea las vieiras. Calenta el horno y gratinalas durante 3 minutos. Limpia la lechuga, colócala en una fuente amplia y pon encima las vieiras.









### Ingredientes para 4 personas

12 gambas  
aceite de oliva virgen  
sal

#### Para la pasta orly

1 clara de huevo  
60 g de harina  
1 cucharadita de levadura  
1 yema de huevo  
60 ml de cava  
sal

## Guarnición para 4 personas

### Ingredientes

Para preparar la pasta orly, en primer lugar monta la clara con una batidora eléctrica de varillas. Añade la harina, la levadura, la yema, el cava y una pizca de sal. Deja que repose durante 30 minutos.

Pela las gambas y sazónalas. Pásalas por la pasta orly y fríelas en una sartén con aceite. Escúrrelas sobre papel absorbente de cocina y sírvelas.







## Patatas con vinagreta picante

### Ingredientes

#### Ingredientes 3 raciones

1 kg de patatas

1 cebollita

200 g de harina

agua

aceite de oliva virgen

sal

Para la vinagreta picante

1 diente de ajo

6 almendras

1/2 quinilla de cayena

1/2 cucharadita de pimentón

1/2 cucharadita de tomillo

1/2 cucharada de perejil picado

aceite de oliva virgen

vinagre

sal

Pela las patatas y córtalas en rodajas. Ponlas a cocer en una cazuela con agua y una pizca de sal durante 15 minutos. Una vez cocidas, escurrelas y pásalas por harina. Frielas en una sartén con aceite y reservalas.

Pica el diente de ajo y las almendras, coloca todo en el mortero y maja bien. Pica las quinillas de cayena e incorpóralas. Sigue majando, añade el pimentón, el tomillo, el perejil picado, una pizca de sal, un chorro de vinagre y un chorro de aceite de oliva. Mezcla todo bien.

Serve las patatas y aliñalas con la salsa. Corta la cebollita en aros y colocalos sobre las patatas.







## Pan con crema de queso, salmon y jamón

### Elite

Pica muy finos el diente de ajo y las alcaparras. Mezcla con el queso de untar y reserva.

Coloca las rebanadas de pan sobre la placa de hornear y tuestalas en el horno durante 3-4 minutos.

Cúbrelas con una buena capa de la mezcla de queso, ajo y alcaparras. Enrolla las láminas de salmón y ponlas en el centro de las rebanadas de pan. Enrolla las láminas de jamón y colocalas a los lados del salmón.

### Ingredientes la pincel

8 lonchas de jamón ibérico

4 lonchas de salmón

75 g de queso de untar

1 cucharada de alcaparras

1 diente de ajo

4 rebanadas de pan de lena







### Ingredientes (4 personas)

4 chuletillas de cordero  
1 patata  
1/2 berenjena  
harina  
huevo batido  
pan rallado  
aceite de oliva virgen  
sal

## Chuletillas con berenjena y patatas paja

### Preparación

Limpia de grasa las chuletillas. Sálalas y ponlas en una placa de horno. Rocéalas con un poco de aceite e introdúcelas en el horno a 200 grados durante 5 minutos.

Corta 4 lonchas finas de berenjena. Frielas brevemente (2 minutos) a fuego suave para que se ablanden y resulten moldeables. Escúrrelas.

Envuelve las chuletillas con las lonchas de berenjena, pásalas por la harina, el huevo batido y el pan rallado y fríelas.

Pela las patatas, córtalas en laminas finas y despues en bastoncitos finos de forma que queden como patatas paja. Frielas en una sartén con aceite bien caliente y escúrrelas. Sirve las chuletillas con las patatas paja.







### Ingredientes la ceráwichol

- 4 rebanadas de pan de molde
- 4 lonchas de jamón ibérico
- 1 puerro
- 8 hojas de espinaca
- 2 hojas de lechuga
- 2 hojas de loló
- 2 cucharadas de mahonesa
- 1 cucharadita de albahaca picada
- aceite de oliva virgen

## Preparación del pan de molde y verduras en triángulos

### Preparación

Elimina la corteza de los panes de molde y córtalos por la mitad de forma que queden 8 triángulos. Fríelos en una sartén con aceite. Escúrrelos sobre papel absorbente de cocina y deja que se enfríen.

Limpia las hojas de espinacas, lechuga y loló, escúrrelas bien y sécalas. Fríelas por los 2 lados a fuego suave hasta que se endurezcan durante 3 minutos aproximadamente. Retíralas con cuidado y escúrrelas sobre papel absorbente de cocina. Limpia y pica el puerro en julana fina y fríelo en la misma sartén. Escúrrelo sobre papel absorbente de cocina.

Coloca una hoja de papel de hornear sobre la placa de horno. Extiende encima las lonchas de jamón, cubre con otra hoja de papel y con otra placa. Introduce en el horno a 150 grados durante 20 minutos.

Mezcla bien la mahonesa con la cucharadita de albahaca.

Monta el sándwich alternando las hojas fritas con el jamón. Alina con la mahonesa de albahaca y sirve.







### Ingredientes: 4 personas.

1 pechuga de pollo  
8 pimientos verdes  
8 lonchas de jamón ibérico  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimienta negra

### Para el pure de patatas

12 patatas  
1 yema de huevo  
1 nuez de mantequilla  
1 chorro de leche  
agua  
sal

## Bocaditos de pimiento

grande

### Preparación

Pela, trocea y cuece las patatas en agua con sal durante 15-20 minutos. Escurrelas y pásalas por el pasapurés, añade la yema de huevo, la mantequilla y la leche y mezcla bien.

Limpia y corta la pechuga en filetes y sa pimentalos. Enrolla los filetes alrededor de los pimientos, pínchalos con un palito y fríelos a fuego fuerte sin que se hagan del todo. Sábelos de la sartén y escúrrelas. Tómalas en rabillo y retira las pepitas.

Introduce el puré en una manga pastizera y rellena los pimientos. Colócalos sobre un recipiente apto para el horno y caliéntalos en el horno a 180 grados durante 3 minutos.

Sírvelos en un plato y acompáñalos con el jamón ibérico.







## Revuelto de Hongos

### Ingredientes

Limpia los ajos frescos, pécalos y ponlos a rehogar en una sartén con aceite.

Retira la parte baja del tallo de los hongos y límpialos con un paño húmedo. Cortalos en dados y añádeos a la sartén. Sazona y saltea todo junto durante 3-4 minutos.

Casca los huevos en un bol,azona, añade un poco de perejil picado y bate'os con un tenedor.

Agrega los huevos a la sartén y revuélvete hasta que se cuajen los huevos, pero sin que se sequen.

Sirve el revuelto sobre los panes fritos.

### Representación gráfica

4 huevos  
4 hongos pequeños o 2 grandes  
12 ajos frescos  
aceite de oliva virgen  
sal  
perejil picado  
4 rodajas de pan frito







### Ingredientes para 4 personas

4 vieiras  
8 mejillones  
1 cebolleta  
1 diente de ajo  
2 puerros pequeños  
1/2 vaso de vino blanco  
200 g de queso fresco  
4 cucharadas de pan rallado  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimentón negro molido  
1 cucharadita de azafrán  
perejil picado

## Mejillones y vieiras

### El marisco

Limpia bien las vieiras, retirando las partes viscosas. Limpia los mejillones y ponlos a cocer con medio vaso de agua para que se abran. Una vez abiertos, saca la carne y reserva el caldo.

Limpia los puerros y cortalos en tiras a lo largo. Póchalos en una cazuela con un poco de aceite y sazónalos. Cuando estén pochados, incorpora el vino, el caldo de los mejillones y el azafrán. Deja reducir a fuego medio.

Pica las cebolletas y los dientes de ajo finamente y ponlos a pochar en una sartén con aceite. Saúmienta las vieiras e incorpóralas a la sartén, junto con los mejillones, y saltea brevemente. Coloca en cada concha un poco de puerro, una vieira (parte blanca y coral) y unos mejillones.

En un bol mezcla el pan rallado con el queso desmigado. Agrega sobre cada vieira un poco de esta mezcla e introduce en el horno a gratinar durante 3 minutos. Retira del horno y espolvorea con perejil picado y sirve.







## Trenza de solomillo con pistachos

### Ingredientes

Corta el solomillo por la mitad de forma que queden 2 filetes largos y anchos. Corta cada trozo por la mitad a lo ancho y corta de cada trozo 3 tiras, dejándolas enganchadas por la parte mas gruesa. Forma las trenzas y pincha el extremo inferior con un palillo

Sazónalas y fríelas por los 2 lados en una sartén con un poco de aceite

Coloca una trenza de solomillo sobre cada tostada o galleta y espolvorealas con los pistachos

Mezcla en un bol una cucharada de aceite y otra de vinagre. Bate y salsea la trenza de solomillo

### Ingredientes la receta

- 1 solomillo de cerdo
- 50 g de pistachos pelados y picados
- aceite de oliva virgen
- 1 cucharada de vinagre de Modena
- sal
- 1 galleta de pan ácimo
- o 4 tostadas finas







## Rollo de huevo y mollejas

### Ingredientes

Pica la cebolla y los ajos y ponlos a pochar en una cazuela con aceite. Sazona. Trocea las mollejas e incorpóralas a la cazuela, después añade los huevos cocidos picaditos. Saltea todo y deja enfriar.

Rellena las obleas y ciérralas formando paquetitos rectangulares. Frielos por los 2 lados en una sartén con aceite. Cuando estén dorados, retíralos y escúrrelos en un plato forrado con papel absorbente de cocina.

Sírvelos en una fuente, calienta la salsa de tomate y acompaña los rollos. Adorna con un poco de perejil.

### Ingredientes para 4 personas

- 4 obleas de pasta brick
- 2 huevos cocidos
- 4 mollejas de pato confitadas
- 1 cebolla
- 3 dientes de ajo
- salsa de tomate
- aceite de oliva virgen
- sal
- perejil





## Tempura de brócoli

### Ingredientes

Lava el brócoli bajo el grifo de agua, escúrralo, sécalo y saéalo.

Pon la harina de la tempura en un bol y agrega el agua poco a poco, sin dejar de remover hasta que no quede ni un grumo. Deja que repose un poco.

Pasa los ramilletes de brócoli por la tempura y fríelos en una sartén con aceite hasta que se doren.

Sirve en cuencos individuales y acompáñalos con los guisantes.

### Ingredientes 14 porciones

12 ramilletes de brócoli

75 g de harina de tempura

75 ml de agua fría

aceite de oliva virgen

sal

8 pedazos de pan o galletitas







## Calamari al vapor

### Ingredientes

Pon en una cazuela abundante agua con sal. Cuando comience a hervir, asusta el pulpo 3 veces y ponlo a cocer junto con la patata. Cuando la patata este cocida (aproximadamente unos 20 minutos) el pulpo estara en su punto. Deja reposar brevemente antes de servir

Retira el pulpo del agua, cortalo en pequeños trozos (de bocado) y sirve sobre el plato tipico de madera. Si no dispones de el puedes utilizar cualquier plato.

Sazonalo con sal gruesa, espolvorealo con un poco de pimentón y riegaló con un buen chorro de aceite de oliva virgen

### Preparación

- 1 pulpo
- 1 patata mediana con piel
- agua
- aceite de oliva virgen
- sal gruesa
- pimentón dulce o picante







## Tempura de puerro, cebolleta y zanahoria

2 porciones

Limpia la verdura retirando la capa externa de los puerros y las cebolletas y pelando la zanahoria. Corta las zanahorias por la mitad y sala todo.

Pon la harina de la tempura en un bol, agrega el agua poco a poco, sin dejar de remover hasta que no quede ni un grumo. Deja que repose un poco.

Pasa las verduras por la tempura y fríelas en una sartén con aceite hasta que se doren.

Sirve un puerro, una cebolleta y media zanahoria por pincho. Acompaña con las tostadas de pan de arroz.

### Ingredientes para 2 personas

- 4 puerros finos
- 4 cebolletas finas
- 2 zanahorias
- 100 g de harina de tempura
- 100 ml de agua fría
- aceite de oliva virgen
- sal
- 4 tostadas de pan de arroz







Ingredientes para 4 personas

12 anchoas  
3 limas  
1 naranja  
1 barra de pan de semillas  
1 diente de ajo  
aceite de oliva virgen extra  
sal

100g

## Anchoas con piel de limón y naranja

Limpia las anchoas, retirando la cabeza y las espinas. Sepáralas en 2 filetes y extiéndelas en una fuente con la piel hacia abajo. Espolvorealas con sal fina y el zumo de 2 limas. Tápalas con papel transparente de cocina y déjalas macerando en el frigorífico durante una hora.

Corta la piel de una lima y de la naranja en juliana fina.

Saca las anchoas de la fuente con la marinada y escúrrelas. Colócalas con la piel hacia arriba en otra fuente, sálas y rocíalas con aceite.

Corta el pan en rodajas y tuestalas en el horno. Untalas con el diente de ajo y sirve un filete de anchoas sobre cada rodaja de pan, adornando con las tiras de lima y naranja.







## Ingredientes:

24 mejillones  
 1/2 cebolla  
 6 chalotas  
 1 tomate  
 1 pimiento verde  
 2 dientes de ajo  
 agua  
 1 l de leche  
 3 cucharadas de harina  
 aceite de oliva virgen  
 sal  
 un trozo de guindilla picante  
 perejil  
 sal gruesa

## Mejillones gratinados

### Preparación:

Limpia los mejillones con un cuchillo (raspando las cáscaras y retirando las barbas), abrelas en una cazuela con agua hirviendo y una pizca de sal. Retira una de las cáscaras y reserva los mejillones dentro de otra cáscara.

Pica finamente la cebolla, las chalotas, el pimiento y los dientes de ajo y ponlos a rehogar en una cazuela con un poco de aceite. Pica el tomate, pícalo fino e incorpóralo. Finalmente, pica el trozo de guindilla y añádelo. Incorpora la harina, rehoga brevemente y mezcla bien. Vierte la leche poco a poco sin dejar de remover. Espolvorea con un poco de perejil picado y pon a punto de sal.

Pon sal gruesa sobre una fuente apta para el horno, coloca encima los mejillones y cubre cada uno con una cucharada de bechamel. Gratina en el horno durante 3-5 minutos. Decora con una rama de perejil y sirve.







## Morcilla de arroz con pimientos del piquillo

### Ingredientes

Corta la morcilla en rodajas gruesas y ponlas a freír en una sartén con bastante aceite. Tapa la sartén para que no salpique.

Con un poco de aceite en otra sartén, añade los pimientos (enteros), sazónalos y fríelos 3 minutos por cada lado.

Sirve en un plato llano grande, colocando la morcilla en la parte central y los pimientos alrededor.

### Ingredientes la pichón

1 morcilla de arroz

8 pimientos del piquillo en conserva

aceite de oliva virgen

sal







### Ingredientes para 4 personas

- 75 g de harina de maíz recién molida
- 100 g de panceta
- 100 g de morcilla
- 50 g de chorizo
- 50 ml de agua templada
- aceite de oliva virgen
- sal

## Torta de maíz rellena con chorizo

### Ingredientes

Pon la harina en un recipiente. Haz un hueco en el centro y añade una pizca de sal. Tempa el agua en una cazuela y agrécala poco a poco al recipiente de la harina.

Amasa a mano hasta que quede una masa compacta y homogénea. Humedece un paño con agua, tapa la masa y déjala reposar durante 30 minutos.

Haz 4 bolitas y extiende la masa empezando por la parte exterior y sigue extendiendo por el centro hasta que quede una torta fina. Calienta la plancha y cocina las tortas de maíz por los 2 lados hasta que se doren un poco.

Corta la panceta, el chorizo y la morcilla en rodajas. Es importante que una vez que cortes las rodajas retires la piel de la morcilla para que no se desparrame al freír.

Sirve un plato por persona y pon encima de cada uno una rodaja de morcilla, una de chorizo y otra de panceta.





## Almejas a la marinera

### Ingredientes

Pica muy bien la cebolleta y el diente de ajo y ponlos a pochar en una sartén amplia y baja con un poco de aceite. Añade la harina y rehógala un poco antes de mezclar.

Espolvorea con el perejil picado.

### Ingredientes (para 4)

1/2 kg de almejas

1 cebolleta

1 diente de ajo

1 cucharadita de harina

1 vaso de vino blanco

aceite de oliva virgen

perejil picado







#### Ingredientes para 4 personas

50 g de arroz  
1 zanahoria  
75 g de panceta  
1/2 cebolleta  
1 diente de ajo  
tiras de pimiento rojo, amarillo y verde  
1 huevo  
4 cucharadas de leche  
aceite de oliva virgen  
sal

## Arroz carnáforo

### El arroz

Pon agua a hervir en la olla exprés, añade una pizca de sal y el arroz. Coloca el accesorio para cocer al vapor y pon encima la zanahoria pelada. Tapa la olla y deja cocer durante 5 minutos. Reserva la zanahoria y refresca y escurre el arroz.

Pica la cebolleta y el diente de ajo y ponlos a pochar en una sartén con aceite. Cuando vaya cogiendo un poco de color, pica la panceta en dados y añádelos. Cocina hasta que se haga la panceta y se doren bien la cebolleta y el ajo.

Pon el huevo en un bol y bátilo. Vierte la leche y sigue batiendo. Agrega las verduras con panceta y el arroz y mezcla bien. Corta la zanahoria en rodajas y añadela mezclando con cuidado. Pasa la mezcla a un recipiente apto para el horno y cocina en el horno a 200 grados durante 12 minutos. Retira del horno y sirve en 4 platillos.

Frie las tiras de pimientos en una sartén con aceite y decora con ellas cada plato.







## Champinones en salsa de vino

### Elaboración

Pica de forma fina la cebolla y el ajo y ponlos a rehogar en una cazuela con aceite hasta que se doren.

Limpia los champiñones y añadelos enteros a la cazuela. Agrega la harina, la guindilla y el vino blanco. Sazona y espesorea con el perejil. Deja cocer a fuego lento durante 30-45 minutos.

Fríe las rebanadas de pan en una sartén con aceite. Escurrélas bien sobre papel absorbente de cocina.

Serve los champiñones sobre las rebanadas de pan frito y sálsea.

### Ingredientes (para 4 personas)

800 g de champiñones  
1 cebolla  
1 diente de ajo  
1 trocito de guindilla picante  
1 ½ cucharadas de harina  
1 vaso de vino blanco  
12 rebanadas de pan  
perejil picado  
aceite de oliva virgen







### Ingredientes:

20 mejillones  
1 cebolla  
1 pimiento verde  
2 cucharadas de salsa de tomate  
1/2 l de leche  
2 huevos  
harina  
pan rallado  
1 vaso de vino blanco  
aceite de oliva virgen  
sal  
2 guindillas de cayena  
perejil

## Mejillones rellenos

### Preparación:

Limpia los mejillones retirando las barbas y raspando las conchas para retirar cualquier adherencia que puedan tener. Pon el vino en una cazuela y añade los mejillones. Tápalos y cuécelos hasta que se abran. Separa las conchas de la carne y pícala.

Pica muy finos la cebolla y el pimiento y ponlos a pochar en una sartén con aceite. Agrega la sal y las guindillas de cayena; cuando esté bien pochado retira las guindillas e incorpora la carne de los mejillones y la salsa de tomate. Cocina todo brevemente y deja templar.

Para la bechamel, pon un poco de aceite en una sartén, añade 2 cucharadas de harina, revógala bien y vierte la leche poco a poco sin dejar de batir. Cocina hasta que espese y agrega un poco de perejil picado y sal.

Rellena las conchas de mejillón con la farza y cubre-los con la bechamel en caliente. Deja que la bechamel endurezca y pásalos por harina, huevo y pan rallado. Fríelos en una sartén con aceite, escurrelos sobre papel absorbente de cocina y sirve.







Ingredientes para 4 personas

4 puerros grandes cocidos

ajo  
sal

Para la salsa romesco

1 diente de ajo

1 trocito de guindilla

1/2 cucharadita de pimentón

1 pimiento chorricero o 2 horas

1 tomate maduro

40 g de miga de pan terno

aceite de oliva virgen

sal

perejil

## Puerros con salsa romesco

Limpia bien los puerros retirando es la parte inferior, las hojas verdes y la capa externa. Ponlos a cocer en una cazuela con agua y una pizca de sal. En 15 minutos estarán a punto.

Para preparar la salsa romesco, pon en el mortero el ajo picado, un trozo de guindilla, el pimentón, la carne del pimiento chorricero (previamente remojado), el tomate pelado y troceado y el pan remojado en agua y escurrido. Sazona y maja hasta que quede una pasta homogénea. Añade un poco de aceite para aligerar la salsa.

Pon en un plato hondo los puerros cocidos acompañados de la salsa romesco. Decora con una hoja de perejil.







## Arroz con Higadillos de Pollo y Queso

### Ingredientes

Pica muy finos la cebolleta y el pimiento y ponlos a dorar en una cazuela amplia y baja con aceite. Fica también el diente de ajo, añadelo y sazónalo.

Cuando vaya cogiendo color, limpia, trocea los higadillos de pollo, salpimentalos e incorpóralos a la sartén. Rehoga un poco, agrega el vino blanco y el arroz y mezcla bien.

Vierte el caldo poco a poco y cocina durante 15 minutos sin dejar de remover. Incorpora el queso y sigue mezclando hasta que se funda. Acompaña cada ración con una lonchita de jamón.

### Ingredientes 12 pándicos

- 75 g de arroz
- 75 g de higadillos de pollo
- 4 lonchitas de jamón
- 8 dados de queso
- 1/2 cebolleta
- 1/2 pimiento verde
- 1 diente de ajo
- 1/2 l de caldo de pollo
- 1/2 vaso de vino blanco
- aceite de oliva virgen
- sal
- pimienta







### Ingredientes principales

4 patatas  
3 huevos  
2 zanahorias  
200 g de bonito en aceite  
150 g de guisantes cocidos  
1/2 litro de mahonesa  
agua  
sal

### Para decorar

lechuga  
huevo cocido  
gambas cocidas  
aceitunas  
pimiento morrón  
patata azul cocida

## Ensaladilla rusa

### Preparación

Pon a cocer las patatas con piel, los huevos enteros y las zanahorias peladas en una cazuela con abundante agua. Deja que se enfrien, pela los huevos y las patatas y pícalos en cuadrados pequeños. Pica también la zanahoria.

Coloca todo en un recipiente grande, sazónalo y agrega el bonito desmigado y los guisantes cocidos. Añade la mahonesa y mezcla bien.

Sirve pequeñas porciones y decoralas a tu gusto con tiras de pimiento, aceitunas, patata azul, huevo, gambas u hojas de lechuga cortada en juliana fina.







#### Ingredientes para el puré

4 patatas  
20 gambas  
1 vaso de salsa de tomate  
1 diente de ajo  
harina  
2 huevos  
pan rallado  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal  
perejil

## Cajetas de gambas y patatas

### Ingredientes

Pela las gambas retirándoles la cabeza y la cáscara, pero dejándoles la punta de la cola. Sazonalas.

Pon las patatas a cocer en una cazuela con agua. Pelalas, pásalas por el pasapures y sazónalas.

Pica el diente de ajo y un poco de perejil, colócalos en el mortero y maja bien hasta que quede una mezcla homogénea. Añádelo al puré y mezcla bien.

Coge una porción (del tamaño de una galleta) de puré de patatas, coloca en el centro una gamba, dejando la cola fuera, y cubre con el puré que queda en los bordes. Pásalas por harina, huevo batido y pan rallado y fríelas a fuego medio en una sartén con abundante aceite.

Escúrrelas y sirve. Acompaña con un poco de salsa de tomate.





## Apio con queso

### Ingredientes

Limpia el apio, retirándole los hilos. Cortalo en trozos de unos 4 centímetros.

Pica muy finos el diente de ajo y un par de ramas de perejil. Colocalos en un bol, añade el queso de untar y mezcla bien.

Rellena los tallos de apio con la mezcla, colocalos en una fuente y adorna el plato con una rama de perejil.

### Ingredientes (4 personas)

2 tallos de apio  
200 g de queso fresco de untar  
1/2 diente de ajo  
perejil







### Ingredientes 14 personas

300 g de marcelllo  
4 pimientos del piquillo  
8 cucharadas de salsa de tomate  
1 cebolla  
1 puerro  
1 zanahoria  
1 diente de ajo  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal  
4 trozos de pan

## Carne cocida con pimientos

Pon la olla expres con agua. Añade la carne, las hortalizas (cebolla, zanahoria y puerro) y una pizca de sal. Cierra la tapa y deja cocer durante 25 minutos desde el momento en que empieza a salir el vapor.

Escurre la carne, cortala en 8 trozos, pásalos a una cazuelita, cubrelos con la salsa de tomate y dales un hervor. Fre los pimientos por los 2 lados en una sartén con aceite y el diente de ajo.

Sirve en cada plato un par de trozos de carne con tomate y acompaña con un pimiento y un trozo de pan.







## Ingredientes (24 porciones)

24 mejillones

1/2 vaso de vino blanco

*Para la salsa de tomate*

5 tomates maduros

1 puerro

1 pimiento morrón asado

1 cebolleta

1 cebolla

1/2 guindilla de cayena

aceite de oliva virgen

sal

1 ramita de perejil

## Tips

### Mejillones al vapor

Limpia los mejillones, retira las barbas y cualquier suciedad que puedan tener adherida a las conchas. Ponlos en una cazuela, agrega el vino blanco y ponlos a cocer hasta que se abran. Retira las valvas que no tienen carne y reserva el resto.

Para la salsa de tomate, pica el puerro, la cebolla y la cebolleta y pon a rehogar en una cazuela con un poco de aceite. Cuando vaya cogiendo color, pica el pimiento morrón y los tomates y añadelos. Agrega también la guindilla de cayena, sazona y cocina a fuego medio durante 20 minutos. Pasa la salsa por el pasapures o tritura con una batidora.

Sirve los mejillones en una fuente y salsealos y decora con una ramita de perejil.







## Rapé alancostado

### Ingredientes

Sazona el lomo de rapé, úntalo con pimentón dulce y envuélvelo (presionando) con papel de aluminio

Ponlo a cocer en una cazuela con agua hirviendo durante 5 minutos. Deja templar y cortalo en rodajas

Mezcla en un cuenco una cucharadita de pimentón con 3 cucharadas de aceite y bate bien.

Coloca 3 rebanadas de rapé sobre cada rebanada de pan tostado y rega con la mezcla de aceite y pimentón.

### Ingredientes para preparar

1 lomo de rapé de 300 g

agua

aceite de oliva virgen

sal

pimentón dulce

4 rebanadas de pan de semillas

tostado







## Huevos rellenos de atún

Para preparar la mahonesa, pon el huevo en una jarra, añade un chorrito de vinagre, el aceite y una pizca de sal. Bate con la batidora hasta que ligue.

Pon los huevos a cocer durante 15 minutos en una cazuela con agua. Pelalos y córtalos por la mitad. Retira las yemas y ponlas en un bol (reserva las claras). Añade el atún o bonito, desmenuzalo todo y mezcla. Agrega la mitad de la mahonesa, espolvorea con perejil picado y mezcla bien.

Con una cuchara pequeña rellena las claras reservadas con la mezcla y cubre todo con una capa de tomate. Corta la zanahoria en cubitos y colócalos sobre los huevos rellenos. Unta los 8 huevos con una capa de mayonesa y colócalos sobre el tomate y la zanahoria.

### Ingredientes para 8 personas

- 4 Huevos
- 100 g de atún o bonito en aceite
- 1 zanahoria cocida
- 1 tomate
- Agua
- perejil

### Para la salsa mahonesa

- 1 huevo
- 1/2 de l de aceite
- 1 chorro de vinagre
- 1 pizca de sal









## Albóndigas con jamón y queso y salsa de tomate

### Ingredientes

#### Ingredientes (20 personas)

600 g de carne picada  
150 g de jamón  
100 g de queso  
1 huevo  
4 tomates  
1 cebolla  
1 pimiento verde  
2 dientes de ajo  
100 g de miga de pan  
un poco de leche  
harina  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal  
azúcar  
pimienta  
perejil

Pica los dientes de ajo, la cebolla y el pimiento verde y ponlos a pochar en una sartén con aceite. Haz un corte (en forma de cruz) en la parte inferior de los tomates y escáldalos en una cazuela con agua hirviendo. Pelalos, trocéalos y añádelos a la sartén. Agrega una pizca de sal y de azúcar y cocina durante 20 minutos.

Pon la miga de pan a remojar con un poco de leche. Cuando se empape bien retírala la leche sobrante.

Mezcla en un bol la carne picada, el jamón picado, el pan remojado y escurrido, el huevo y un poco de perejil picado. Salpimienta y amasa a mano hasta conseguir una masa homogénea.

Corta el queso en dados. Coge pequeñas porciones de carne, coloca en el centro de cada una un dado de queso y forma las bolitas. Pásalas por harina y fríelas en una sartén con aceite. Sirve en cada platito un poco de salsa de tomate y coloca encima la albóndiga. Decora con una rama de perejil.







## Brochetas de rape con pimientos morrones

### Elaboración

Limpia los pimientos morrones con agua. Colócalos en una placa de horno, sazónalos y regalos con un buen chorro de aceite.

Hornéalos a 170 grados durante 25-30 minutos.  
Petalos, córtalos en tiras y aliñalos con aceite y sa-

zona. Monta las brochetas, insertando en cada pincho dos trozos de rape, dos trozos de pimiento verde, dos trozos de tocineta y un tomatito. Sazonalas y fríelas en una sartén con un poco de aceite.

Serve las brochetas y decora el plato con el limón.  
Acompáñalas con los pimientos morrones.

### Ingredientes, la receta

8 trozos de rape  
8 trozos de pimiento verde  
4 tomates pequeños  
8 trozos de tocineta  
2 pimientos morrones  
1 limón  
aceite de oliva virgen  
sal





### Ingredientes por porción:

200 g de calabaza  
1 patata  
200 g de bacalao desalado  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimienta

## Crema de calabaza con bacalao y patata

### Preparación

Pela la patata y la calabaza. Trocéalas y ponlas en una cazuela, cubre con agua, salpimenta y riega con un chorro de aceite. Deja cocer durante 10 minutos.

Titura con una batidora eléctrica y sirve en 12 copitas.

Retira la piel del bacalao y córtalo en dados. Sátealos en una sartén con aceite y coloca en cada copita 1 o 2 trozos.





## Rollitos de jamon

### Ingredientes:

Estira el hojaldre y córtalo en triángulos de unos 10 centímetros de lado

Corta el jamón serrano y el cocido en triángulos de unos 9 centímetros de lado. Coloca los triángulos de jamón sobre los triángulos de hojaldre (puedes combinar otros ingredientes que sean más de tu gusto)

Enrollalos y colócalos sobre una placa de hornear. Bate el huevo y unta la superficie. Introduce en el horno (previamente calentado) a 190 grados durante 20 minutos aproximadamente

Puedes acompañarlos con un poco de salsa de tomate casera

### Ingredientes para preparar:

250 g de hojaldre

4 lonchas de jamon cocido

4 lonchas de jamon serrano

1 huevo

salsa de tomate







## Carré de cordero al horno

### Elaboración

Sa pimenta el costillar y ponlo en un bol. Agrega la canela, el cebollino, y un buen chorro de aceite. Mezcla bien y deja macerar durante 30 minutos. Colócalo en un recipiente apto para el horno, riégalo con el líquido de la maceración, medio vaso de vino tinto, medio vaso de agua y unos granos de pimienta negra. Introduce en el horno a 200 grados durante 20 minutos.

Retira el carré y cortalo en 8 chuletilas. Pasa la salsa resultante a una cazuelita y agala con un poco de harina de maíz diluida en agua.

Sirve 2 chuletilas por pincho, salsealas y acompáñalas con rodajas de pan de centeno.

### Ingredientes para 4 personas

1 trozo de costillar de cordero con  
8 chuletilas de palo  
1/2 vaso de vino tinto  
harina de maíz refinada  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimienta  
1/2 cucharadita de canela en polvo  
1/2 cucharadita de cebollino picado  
unos granos de pimienta negra  
pan de centeno







### Ingredientes:

200 g de champiñones

8 lonchas de queso

1-2 dientes de ajo

200 ml de leche

100 g de harina

1 huevo

aceite de oliva virgen extra

sal

para el

para la salsa

200 ml de nata

200 ml de caldo

50 g de queso rallado

## Croquetas de Champiñón y Queso

### Ingredientes:

200 g de champiñones, limpios y cortados en trozos pequeños  
200 g de queso, cortado en trozos pequeños

Para el relleno: 200 g de champiñones, limpios y cortados en trozos pequeños, 200 g de queso, cortado en trozos pequeños, 100 g de harina, 100 g de nata, 200 ml de caldo, 1 huevo, 1 diente de ajo, 1 cucharadita de sal, 1 cucharadita de aceite de oliva virgen extra. Para la salsa: 200 ml de nata, 200 ml de caldo, 50 g de queso rallado, 1 diente de ajo, 1 cucharadita de sal, 1 cucharadita de aceite de oliva virgen extra.

Para la salsa: 200 ml de nata, 200 ml de caldo, 50 g de queso rallado, 1 diente de ajo, 1 cucharadita de sal, 1 cucharadita de aceite de oliva virgen extra.

Para el relleno: 200 g de champiñones, limpios y cortados en trozos pequeños, 200 g de queso, cortado en trozos pequeños, 100 g de harina, 100 g de nata, 200 ml de caldo, 1 huevo, 1 diente de ajo, 1 cucharadita de sal, 1 cucharadita de aceite de oliva virgen extra.







#### Ingredientes para preparar:

2 acelgas grandes  
 2 lonchas de queso  
 2 lonchas de salmón ahumado  
 1 huevo cocido  
 huevo batido  
 harina  
 agua  
 aceite de oliva virgen  
 sal  
 perejil picado

## Preparación de las acelgas rellenas con queso y salmón

### Preparación:

Separa las hojas de las pencas. Quitales las hebras y córtalas en trozos de 7 cm. Ponlas a cocer en una cazuela con agua y una pizca de sal durante 15 minutos. Escúrrelas y extiéndelas sobre una superficie lisa.

Corta el salmón y el queso del mismo tamaño que las pencas. Pon sobre cada trozo de penca un trozo de queso y otro de salmón y cubre con un trozo de penca. Pásalas por harina y huevo y fríelas en una sartén con aceite.

Escúrrelas y espolvorealas con perejil y huevo picado.







## Flamenquines cordobeses

### Ingredientes

Extiende las lonchas de lomo sobre una superficie lisa y coloca sobre cada una media loncha de jamón. Enróllalos, pírchalos con un palillo y pásalos por pan rallado.

Pela y corta los dientes de ajo por la mitad. Ponlos a freír en una sartén con aceite y cuando empiecen a coger color añade los rollitos. Frielos hasta que se doren.

Pela la patata, córtala en bastoncitos finos, sazónala y fríelos en una sartén con abundante aceite caliente. Sirve los flamenquines y acompáñalos con las patatas calientes.

### Ingredientes adicionales

8 lonchas finas de lomo adobado  
4 lonchas de jamón serrano  
1 patata  
2 dientes de ajo  
pan rallado  
aceite de oliva virgen  
sal







## Huevo cocido con gambas y mahonesa

### Ingredientes

Pela las gambas y cuécelas durante un par de minutos en otra cazuela con un poco de agua y una pizca de sal. Deja que se enfíen.

Pon los huevos a cocer en una cazuela con agua durante 12 minutos. Refrescalos, pélalos y córtalos por la mitad. Corta con cuidado un poco de la base para que al pincharlos se mantengan de pie.

Ensarta en el palillo medio huevo, un par de gambas y un par de aceitunas. Decóralos con un poco de mahonesa y acompáñalos con una rodaja de pan.

### Ingredientes para 10 personas

- 2 huevos
- 8 gambas
- 8 aceitunas rellenas
- 4 cucharadas de mahonesa
- 4 rodajas de pan
- agua
- sal







## Tartaletas de verdura

Ingredientes:

Pica las verduras y ponlas a cocer en una cazuela con agua y una pizca de sal. Déjalas cocer hasta que estén tiernas (aproximadamente 20 minutos). Escurrelas y reserva por un lado medio vaso de caldo y por otro las verduras.

Prepara una bechamel poniendo un poco de aceite en una cazuelita, añade la harina y rehógala. Vierte el caldo y la leche poco a poco sin dejar de remover. Sazona y mantén al fuego hasta que espese.

Retira las tapas de los volovanes y rellénalos con trocitos de las diferentes verduras. Cubrelos con la bechamel y ponlos en el horno durante 5 minutos a 160 grados. Sirve los volovanes con sus tapas.

### Ingredientes para 4 personas:

4 volovanes de hojaldró  
1/2 vaso de leche  
1 cucharada de harina  
1 puerro  
1 zanahoria  
100 g de judías verdes  
1 peca de acelga  
1 ramillete de coliflor  
aceite de oliva virgen  
agua  
sal







### Ingredientes, por persona

- 4 tacos de bonito
- 8 pepinillos en vinagre
- 4 puntas de espárragos
- 4 aceitunas verdes
- 4 aceitunas negras

### Para la vinagreta

- 1/2 de cebolleta
- 1/2 de pimiento verde
- 1 trozo de pimiento rojo
- 4 cucharadas de aceite de oliva virgen
- 1 cucharadita de vinagre
- sal

## Pinchos en palillos

### Pinchos de bonito

Inserta en el palillo un taco de bonito, una punta de espárrago, dos pepinillos, la aceituna verde y la negra.

Para la vinagreta, pica muy finos la cebolleta y los pimientos y colócalos en un bol, agrega aceite, vinagre y sal. Bate todo bien y riega el pincho.





## Brochetas de Hígado

### Ingredientes

Monta las brochetas, alternando el hígado, los champiñones, los trozos de pimiento y las lonchas de tocineta.

Salpimienta y fríelos en una sartén con un poco de aceite. Cuando se hagan por un lado, dales la vuelta.

Para acompañar, pela una patata, cortala a tu gusto y fríela en una sartén con aceite bien caliente. El corte de patata paja queda perfecto para acompañar a las brochetas. Para que te salgan bien, solo tienes que hacer los cortes en bastoncitos muy finos y escurrirlos bien después de freír.

### Ingredientes para 4 personas

8 trozos de hígado de ternera  
8 cabezas de champiñones  
8 trozos de pimiento verde o rojo  
8 lonchas de tocineta  
1 patata  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimienta negra







Énsarta en cada palo'o una aceituna, 3 guindillas, otra aceituna y la anchoa. Riegalas con un poco de aceite.

Pincha cada una en una rodaja de pan

### Ingredientes: la receta

12 guindillas en vinagre  
8 aceitunas rellenas  
4 anchoas en salazón  
aceite de oliva virgen  
4 rebanadas de pan







## Costilla de cerdo al tomillo

### Elaboración

Bate en un bol 4 cucharadas de aceite con el tomillo y la sal.

Vierte la mezcla sobre las costillas y deja macerando en el frigorífico durante 4 horas. Frielas en una sartén con un poco de aceite, hasta que queden bien doradas.

Pela las patatas, córtalas a tu gusto y frielas en una sartén con aceite. Escurrelas bien y acompaña las costillas.

### Ingredientes para 4 personas

8 costillas de cerdo troceadas  
12 patatas  
1/2 cucharada de tomillo  
aceite de oliva virgen  
sal







## Artichoke en vinagreta

### Elaboración

Ensarta en cada palo una alcachofa, el espárrago cortado en 2 y un par de aceitunas. Sirvelo pinchado en una rodaja de pan.

Para la vinagreta, pica muy finos la cebolleta y los pimientos y colócalos en un bol. Agrega aceite, vinagre y sal. Bate todo bien y nega el pincho.

### Ingredientes la pinchos

- 4 alcachofas en conserva
- 4 espárragos
- 8 aceitunas rellenas
- 4 rebanadas de pan negro

#### Para la vinagreta

- 1/4 de cebolleta
- 1/4 de pimiento verde
- 1 trozo de pimiento rojo
- 4 cucharadas de aceite de oliva virgen
- 1 cucharadita de vinagre
- sal





## Pinchos morunos

### Elaboración

Corta la carne en trozos de bocado y colócalos en una fuente honda.

Pela y pica finamente el diente de ajo. Colócalo en un bol, agrega un chorro de aceite, el vino blanco, el pimentón, el tomillo, el orégano, el perejil, la sal y la pimienta. Bate y vierte sobre la carne. Introduce en el frigorífico y deja macerar durante 24 horas.

Pincha los trozos de carne en los palitos y sazónalos. Frielos en una sartén con un poco de aceite o cocínalos sobre una plancha bien caliente. En 6 minutos estarán a punto.

Puedes acompañarlos con unas patatas fritas y unos tomates asados.

### Ingredientes, a precio

300-400 g de carne de cordero

1 chorro de vino blanco

1 diente de ajo

aceite de oliva virgen

sal

pimienta

1 pizca de pimentón p. dulce

1 pizca de tomillo

1 pizca de orégano

perejil picado

*Para acompañar*

2 tomates asados

patatas fritas







## Langostino marinado con puerro saiteado

### Elaboración

Pela los langostinos, extiende las colas sobre un trozo de papel de cocina transparente y ciérralo. Golpealo con el fondo de una cazuela hasta que quede bien aplastado. Introduce los paquetitos en el congelador durante 1 hora hasta que endurezcan.

Retira los langostinos del congelador, extiéndelos sobre una fuente y sazónalos. Pela el diente de ajo, laminalo y dóralo en una sartén con un poco de aceite. Riega los langostinos y déjalos macerar durante 10 minutos.

Pica el puerro en juliana fina y saitealo en una sartén con un poco de aceite hasta que quede dorado.

Para servir, coloca el langostino sobre la rebanada de pan, encima pon un poco de puerro frito y espolvorea con la ralladura de limón.

### Ingredientes (4 porciones)

4 langostinos  
1 cucharada de ralladura fina de  
limón  
1 puerro  
1 diente de ajo  
4 rebanadas de pan  
aceite de oliva virgen  
sal







## Preparación

### Ingredientes

Limpia el pescado, trocealo y adórzalo con sal y limón. Mezcla la harina con la levadura y pasa el pescado por esta mezcla.

Pon a calentar abundante aceite en una sartén, añade los ajos enteros y sin pelar.

Cuando el aceite esté bien caliente, fríe el pescado (en cantidades pequeñas para que el aceite no baje de temperatura) hasta que adquiere un color dorado. Escurrelo sobre papel absorbente de cocina.

Sirvelo en una fuente amplia forrada con hionca. Espolvorea con perejil picado y decora con un limón.

### Ingredientes

1 ración para 13 personas

1 kg de pescado variado  
(boquerones, sardinas, gallos,  
pescadilla, calamares, etcétera)

1 plato de harina

1 sobre de levadura

5 dientes de ajo

aceite de oliva virgen

2 limones

sal

perce, 1





## Piquillos con queso de cabra

### Elaboración

Pela los dientes de ajo y laminarlos. Ponlos a dorar en una sartén con un poco de aceite. Cuando se doren añade los pimientos, una pizca de sal y una de azúcar y cocina durante 5 minutos a fuego medio.

Corta las rodajas de queso por la mitad.

Extiende sobre cada rebanada de pan 2 pimientos y 2 medias rodajas de queso, alternándolos. Decora cada pincho con un par de láminas de ajo fritas.

### Ingredientes para 10 personas

8 pimientos del piquillo
4 rodajas de queso de cabra
4 rebanadas de pan
2 dientes de ajo
aceite de oliva virgen
sal
azúcar







### Engrasados de vietas

4 vietas  
1 cucharadita de pimentón  
(dulce o picante)  
1-2 cebolletas  
aceite de oliva virgen  
sal  
sal gorda  
1 limón

#### Para el puré de patata

1 patata grande  
agua  
sal  
1 chorro de aceite de oliva

## Ingredientes

### Engrasados

Pela la patata, troceala y ponla a cocer en una cazuela con un poco de agua y una pizca de sal. En 15 minutos estará a punto. Pásala por el pasapurés.

Limpia las vietas y reservalas.

Pica las cebolletas en juliana fina y ponlas a pochar en una sartén con aceite. Sazona y cuando esté bien pochada, agrega el pimentón, retira del fuego y mezcla bien.

Pon en el fondo de cada concha un poco de puré, coloca encima la carne de la vieta y cubre con un poco de la cebolleta pochada. Hornéalas durante 5-8 minutos a 180-190 grados y sirve.

Puedes presentarlas en una fuente con sal gorda en el fondo para que no bailen. Decora con un limón.







## Chistorra en hojaldre

### Ingredientes

- Espolvorea el hojaldre con un poco de harina, estiralo con un rodillo y corta 4 rectángulos
- Corta la chistorra en 4 trozos, envuelve cada uno con un trozo de hojaldre y colócalos sobre una fuente de hornear.
- Bate el huevo y con un pincel unta la parte superior de los hojaldres. Introduce en el horno a 180 grados durante 10-15 minutos aproximadamente o hasta que se dore el hojaldre. Sirve caliente.

Ingredientes para 4 personas

- 200 g de chistorra
- 100 g de hojaldre
- un poco de harina
- 1 huevo





## Anchoas rellenas

### Ingredientes

Fre los pimientos; si la piel es gruesa, pélaos.

Limpia las anchoas, retirándoles las cabezas, tripas y espinas centrales. Ábre'as (sin separar del todo), sazónalas, extiende'as sobre una fuente amplia. Exprime el zumo de 2 limones y vierte o seure las anchoas. Deja macerar durante 15 minutos.

Retíralas, escúrrelas y pon sobre cada una una loncha de jamón y un trozo de pimiento. Cubre con otra anchoa. Pásalas por harina y huevo y fríelas en una sartén con aceite a la que habrás añadido un diente de ajo cortado en láminas.

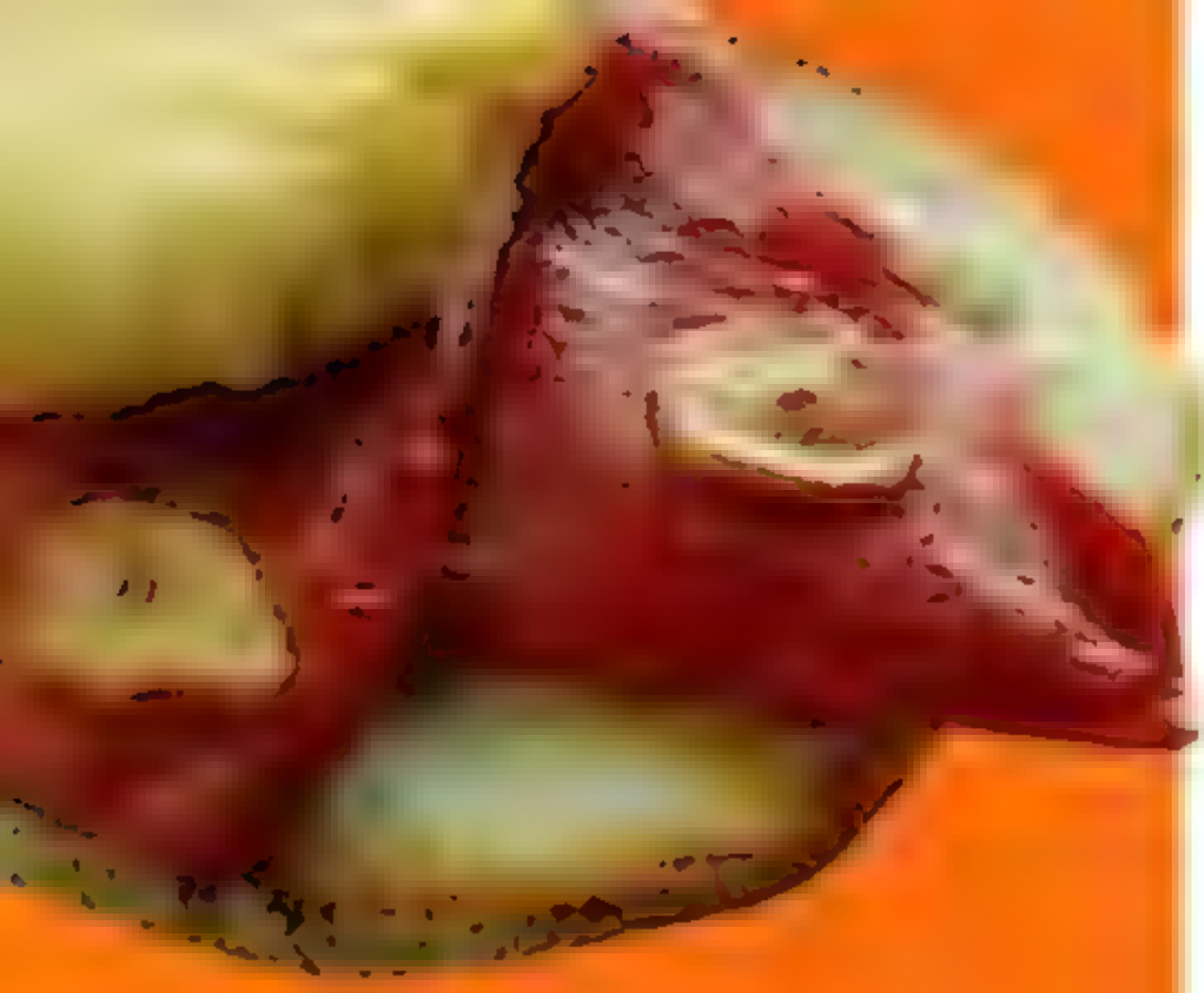
Escúrrelas, sévelas y decora con un limón.

### Ingredientes (22 piezas)

24 anchoas  
100 g de jamón en lonchas  
3 pimientos verdes  
1 diente de ajo  
2 limones  
harina  
huevo batido  
aceite de oliva virgen  
sal







## Merluza frita con piquillo

### Ingredientes

Pela los dientes de ajo y laminarlos. Ponlos a dorar en una sartén con un poco de aceite. Cuando se doren añade los pimientos, una pizca de sal y una de azúcar y cocina durante 5 minutos a fuego medio.

Corta la merluza en 4 filetes. Salalos, pásalos por harina y huevo batido y fríelos en una sartén con aceite.

Sirve sobre cada rebanada de pan un par de pimientos y un trozo de pescado.

### Ingredientes para 4 personas

250 g de merluza limpia  
sin piel ni espinas  
8 pimientos del piquillo  
4 rebanadas de pan  
2 dientes de ajo  
1 huevo batido  
harina  
aceite de oliva virgen  
sal  
azúcar







## Aguacates rellenos de salmón

### Elaboración

Corta los aguacates por la mitad. Retírales el hueso y vacíalos con una cuchara.

Pica la carne de los aguacates y 4 lonchas de salmón. Pon en un bol e incorpora la mayonesa. Mezcla suavemente hasta conseguir una masa homogénea.

Rellena los aguacates con la mezcla. Corta las otras 2 lonchas por la mitad y adorna los aguacates.

Limpia la escarola, pícala y colócala en el fondo del plato. Pon encima los aguacates.

### Ingredientes para 2 personas

- 2 aguacates
- 6 lonchas de salmón ahumado
- 2 cucharadas de mayonesa
- 1 escarola







## Pan con jamón y huevo de codorniz

### Elaboración

Limpia el tomate, córtalo por la mitad y rállalo sobre un bol. Sa'pimentalo, riegalo con un chorrillo de aceite, espolvorealo con perejil picado, mezcla bien y reserva.

Coloca las rebanadas de pan sobre la placa de hornear y tuéstalas en el horno durante 3-4 minutos. Untalas con el diente de ajo y un poco de la mezcla de tomate rallado. Pica muy fino el jamón y cubrelas.

Frie los huevos de codorniz en una sartén con aceite y colocalos encima.

### Ingredientes por persona

100 g de jamón ibérico  
4 huevos de codorniz  
1 tomate maduro (pequeño)  
1 diente de ajo  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimiento  
perejil  
4 rebanadas de pan de lona







## Mejillones con perejil

### Ingredientes

### Ingredientes (24 mejillones)

24 mejillones  
1 pimiento rojo  
4 dientes de ajo  
1 vaso de vino blanco  
harina  
agua  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimienta blanca en grano  
perejil picado

Limpia los mejillones, retirando las barbas y cualquier suciedad que puedan tener adherida a las conchas.

Pon un poco de agua en una cazuela, agrega la mitad del vino y los granos de pimienta blanca. Añade los mejillones y manten al fuego hasta que se abran. Retira la valva que carece de carne y coloca las otras sobre una fuente amplia. Reserva el caldo de cocción.

Pica el pimiento y los dientes de ajo en laminas finas. Ponlos a pochar durante 5 minutos en una sartén con un poco de aceite. Sazona e incorpora la harina. Mezcla bien y rehoga brevemente. Vierte el caldo de cocción reservado anteriormente y el resto del vino y cocina un poco hasta que espese. Espolvorea con perejil picado y salsea los mejillones.







## Rollitos con espárragos verdes y foie gras

### Elaboración

Limpia los espárragos verdes, córtalos por la mitad y retira la parte baja. Fríe la parte de las puntas en una sartén con un poco de aceite.

Retíralos y deja que se enfíen. Envuelve cada espárrago con una loncha de jamón y vuelve a freírlos.

Cocina el foie en una sartén sin aceite durante 15 segundos por cada lado y sazónalo. Para servir, extiende las rebanadas de pan, coloca encima las rodajas de foie y encima los rollitos de espárrago.

### Ingredientes, a porción

- 4 rodajas de foie fresco (200 g)
- 4 espárragos verdes
- 4 lonchas de jamón ibérico
- 4 rebanadas de pan
- aceite de oliva virgen
- sal







## Las sardinas a la pichón

### Ingredientes

#### Ingredientes la pichón

4-8 sardinas  
4 pimientos verdes  
2 dientes de ajo  
1 chorro de vino blanco  
harina  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimentón  
1 pizca de tomillo  
1 hoja de laurel  
1/2 limón

Limpia las sardinas, retirandoles cabeza, tripa y espina central. Enjuagalas.

Extiéndelas (abiertas) sobre un recipiente amplio. Salpimentalas, espolvorealas con el tomillo y añade la hoja de laurel. Vierte el vino blanco y déjalas macerar durante 2 horas.

Una vez maceradas, pásalas por harina y fríelas en una sartén con aceite caliente al que habrás añadido 2 dientes de ajo enteros y sin pelar.

Fríe los pimientos verdes en la sartén aparte y sírvelos con las sardinas. Adorna con el limón.





## Sobrasada con torta del Casar

### Elaboración

Pica las nueces y colócalas en un recipiente apto para el horno. Tuestalas brevemente en el horno.

Unta la sobrasada en los panes. Con una cucharita pon un poco de queso sobre la mitad del pincho.

Gratina en el horno durante 1 minuto. Retira los panes y espolvorealos con las nueces tostadas.

### Ingredientes para 4 personas

200 g de sobrasada  
100 g de torta del Casar  
4 rebanadas de pan  
50 g de nueces peladas







## Brochetas de champiñones y pollo

### Ingredientes

Limpia la pechuga de pollo retirándole la grasa y cortala en dados

Limpia tambien los champiñones. Pica las lonchas de panceta en trozos de bocado.

Monta las brochetas intercalando trozos de champiñon, de panceta y de pollo. Salpimentalas, riegalas con un chorrito de aceite y cocinalas sobre la plancha 3 minutos por cada lado

Para acompañar, limpia los pimientos, cortalos en bastones finos y panlos a freír en una sartén con aceite

### Ingredientes para la salsa

1 pechuga de pollo  
8 champiñones  
4 lonchas de panceta  
4 pimientos verdes  
aceite de oliva virgen  
sal  
pimienta







## Tocineta con setas y cebolleta y aros de cebolla

### Ingredientes

#### Ingredientes la porción

4 lonchas de tocineta ahumada  
4 setas  
1 cebolla pequeña  
harina  
huevo batido  
pan rallado  
aceite de oliva virgen  
sal

#### Para la vinagreta

1/2 de cebolleta  
1/2 de pimiento verde  
1 trozo de pimiento rojo  
4 cucharadas de aceite de oliva virgen  
1 cucharadita de vinagre  
sal

Para hacer la vinagreta, pica muy finos la cebolleta y los pimientos. Colócalos en un bol, agrega aceite, vinagre y sal y bate todo bien.

Frie las lonchas de tocineta en una sartén con un poco de aceite.

Limpia las setas, sazónalas, pásalas por harina, huevo batido y pan rallado y fríelas en una sartén con un poco de aceite.

Pela y corta la cebolla en aros finos. Pásalos por harina y fríelos en una sartén con aceite.

Para servir, coloca sobre el pan la tocineta, la seta rebozada y unos aros de cebolla. Riega con la vinagreta.







## Rollitos de raya a la pimienta rosa

### Elaboración

Para la salsa, pon en una cazuela la nata, el caldo de pescado, la pimienta en vinagre y la salsa de tomate. Sazona y pon a cocer a fuego suave durante 15-20 minutos hasta que reduzca y espese. Cuando este a punto, añade la cucharadita de pimienta rosa seca.

Filetea las aletas de raya de forma que no quede ni un cartilago y trocealas. Corta las laminas de pasta brick por la mitad y envuelve los trozos de raya.

Pasa la mitad de cada rollito por huevo batido y fríelos en una sartén con aceite. Escúrrelos y sírvelos en una fuente. En el centro sirve un poco de salsa y pasa el resto a una salsera.

### Ingredientes (para 4 personas)

1 kg de raya limpia  
3 laminas de pasta brick  
1 huevo  
1/2 de l de nata líquida  
1/2 de l de caldo de pescado  
1 cucharadita de pimienta rosa o  
verde en vinagre  
1 cucharadita de pimienta rosa  
1 cucharada de salsa de tomate  
aceite de oliva virgen  
sal







## Ingredientes la receta

1/2 costillar de conejo con su lomo

1 zanahoria

1 tomate pequeño

1/2 cebolla

1/2 puerro

1/2 pimiento verde

1/2 vaso de jerez

1/2 l de agua

harina

aceite de oliva virgen

sal

1 hoja de laurel

un poco de tomillo

un poco de romero

4 rebanadas de pan

## Chuletillas de conejo quintadas

### PREPARACIÓN

Corta el costillar del conejo en 4 trozos. Sazonalos, pásalos por harina y fríe en una sartén con un poco de aceite hasta que se doren.

Pásalo a la olla exprés. Cubre con el agua, añade el laurel, el tomillo y el romero. Cierra la tapa y deja cocer durante 5 minutos.

Pica muy fina la verdura (zanahoria, cebolla, puerro, pimiento y tomate) y ponla a pochar en una cazuela con aceite. Cuando esté pochada añade el caldo resultante de cocer el conejo y el jerez. Deja reducir durante 20 minutos hasta que espese y pásala por el pasapurés.

Corta las chuletillas con una tijera, introdúcelas en la salsa y caléntalas. Sirve 4 chuletillas sobre cada pan y salsa.





## Croquetas de jamón y pollo

### Ingredientes

Pon en una cazuela a calentar la mantequilla cortada en dados; cuando se funda, añade el jamón y el pollo (bien picados) y saltealos. Agrega la hanna y rehoga bien. Incorpora la leche poco a poco sin dejar de remover. Cocina hasta que espese. Pica el huevo cocido y unas ramitas de perejil, incorpóralos, sazona y mezcla bien.

Extiende la masa en una fuente amplia y déjala enfriar. Para evitar que se le forme costra cúbrela con papel transparente de cocina

Cuando la masa este fría, corta y moldea las croquetas. Pásalas por hanna, huevo batido y pan rallado y fríelas en una sartén con aceite.

Retíralas de la sartén, escurrelas sobre un plato forrado con papel absorbente de cocina y pásalas a una fuente amplia. Decora con una rama de perejil

### Ingredientes para 10 personas

100 g de mantequilla  
100 g de harina  
100 g de jamón serrano y picado  
200 g de pollo cocido  
1 huevo cocido  
1 l de leche  
sal  
unas ramitas de perejil

### Para rebozar

hanna  
huevo batido  
pan rallado







## Empanadillas de verduras y foie gras

### Elaboración

Para la salsa, pica media cebolleta y ponla a dorar en una cazuela con un poco de aceite. Limpia los champiñones, lámalos y añadelos. Vierte la nata, una pizca de sal y deja reducir. Agrega 1 cucharada de mousse de foie, mezcla, cocina a fuego suave durante 10 minutos más y tritúrala.

Para el relleno, pica la otra mitad de la cebolleta y pon a pochar en una sartén con aceite. Pica la zanahoria y el calabacín finamente e incorpóralos. Cocina durante 5 minutos aproximadamente y deja que se temple un poco.

Extiende las obleas sobre una superficie lisa y pon en el centro de cada una un poco de relleno y un poco de mousse de foie. Dobla las por la mitad y dérralas presionando en el borde con un tenedor. Frielas por los 2 lados en una sartén con aceite y escúrrelas. Sirve 1 o 2 empanadillas por tapa y acompáñalas con un poco de salsa. Adorna con una rama de perejil.

### Ingredientes (para 2 personas)

8 obleas de empanadilla  
75 g de mousse de foie  
1 cebolleta grande  
1 zanahoria pequeña  
1 de calabacín  
100 g de champiñones  
200 ml de nata  
aceite de oliva virgen  
sal  
perejil







## Ingredientes necesarios

### Para la crema de brócoli

250 g de brócoli  
1 vaso de leche  
1 cucharada de mantequilla  
aceite de oliva virgen  
un poco de nuez moscada  
sal

### Para la crema de calabaza

200 g de calabaza  
1 patata  
1 zanahoria  
1 cebolla  
1 puerro  
1 diente de ajo  
agua  
aceite de oliva virgen extra  
sal

### Para la crema de patata

2 patatas  
agua  
sal

### Para acompañar

jamon serrano  
huevas de trucha

## Crema de brócoli, calabaza y patata

### Elaboración

Limpia y pica la verdura de la crema de calabaza. Pon a rehogar en la olla exprés con un poco de aceite. Sazona y vierte agua hasta cubrir. Coloca encima el accesorio para cocer al vapor y distribuye el brócoli cortado en ramilletes. Sazona y cuando empiece a cocer, coloca la tapa y deja cocer 1 minuto desde el momento en que empiece a salir el vapor. Retira el brócoli y con una batidora eléctrica tritura la crema de calabaza y pásala a una jarra.

Pon la mantequilla, un poco de aceite, la leche y el brócoli en una cazuela. Dale un hervor, tríturala con una batidora y colócala en una jarra.

Pela las patatas, trocealas y ponlas a cocer en una cazuela con agua y una pizca de sal. Cuando estén cocidas (15 minutos aproximadamente), tríturalas en la batidora eléctrica y agrega un poco de nuez moscada.

Sirve en vasitos, colocando en el fondo un poco de puré de patata, encima un poco de crema de brócoli y la crema de calabaza. Adorna con un poco de jamon frito o con unas huevas de trucha.







## Tortido de berenjena, patatas y queso

### Ingredientes

Limpia la berenjena, corta 8 rodajas de medio centímetro y salalas. Déjalas reposar durante 2 horas para que suelten el agua. Frielas en una sartén con un poco de aceite.

Limpia la patata y ponla a cocer (con la piel) en una cazuela con agua. Déjala templar, pélala y corta 8 rodajas de 1 centímetro.

Coloca las 4 rodajas de pan sobre una placa de hornear. Pon encima una rodaja de berenjena, una rodaja de patata,  $\frac{1}{4}$  de loncha de queso, otra rodaja de berenjena, otra de patata y  $\frac{1}{4}$  de loncha de queso. Gratina en el horno hasta que se funda el queso.

### Ingredientes por porción

- 1 patata
- 1 berenjena pequeña
- 2 lonchas grandes de queso
- 4 rebanadas de pan
- agua
- aceite de oliva virgen extra







## Alitas de pollo con salsa de soja y miel

### Elaboración

Corta las alas en tres, siguiendo la coyuntura. Desecha la parte mas fina y estrecha y con un cuchillo retira un poco de la grasa de las otras dos partes.

Salpimentalas, colocalas en una fuente refractaria (apta para el horno) y riegalas con un chorro de aceite. Introdúcelas en el horno (previamente calentado) a 200 grados y cocinalas durante 15-20 minutos.

Pela, ralla la zanahoria y escaldala en una cazuela con agua hirviendo. Sacala y escurrrela.

Mezcla la miel con la salsa de soja y calientala en el microondas.

Serve para cada pincho un ala (2 partes), unas tiras de zanahoria y un poco de salsa. Acompañalas con las rodajas de pan cortadas por la mitad a lo largo.

### Ingredientes (4 personas)

4 alas de pollo  
1 zanahoria pequeña  
1 cucharada de salsa de soja  
1 cucharada de miel  
agua  
4 rebanadas de pan  
aceite de oliva virgen extra  
sal  
pimiento







## Setas al horno con fritada de pimientos

### Ingredientes

Espolvorea una fuente apta para el horno con un poco de sal, coloca encima las setas y saltea por la parte superior.

Pica los dientes de ajo y un poco de perejil, mézclalo en un recipiente y añade un poco de aceite. Unta las setas con parte de la mezcla e introdúcelas al horno a 220 grados durante 6-8 minutos.

Pica los pimientos en juliana fina. Ponlos a planchar en una sartén con aceite. Sazona, remuévelos bien y repasa durante 6-8 minutos.

Sobre cada rebanada de pan sirve unas tres de fritada y un par de setas. Regala con el aceite de ajo y perejil.

### Ingredientes (4 personas)

8 setas

2 pimientos verdes

1/2 pimiento morrón

1-2 dientes de ajo

4 rebanadas de pan de semillas

aceite de oliva virgen extra

sal

percejo







## Coles de brúscelas rebozadas con crema de puerro

### Ingredientes

#### Ingredientes co brochetas

20 coles de brúscelas

2 puerros

1 patata

½ vaso de leche

agua

aceite de oliva virgen extra  
sal

#### Para la masa

200 g de harina

1 taza de agua

2 yemas

20 g de mantequilla

sal

pimienta

Para preparar la masa, mezcla la harina con el agua. Añade las yemas batidas y 20 g de mantequilla fundida. Condimenta con sal y pimienta, mezcla bien y deja reposar durante 30 minutos.

Pela la patata y limpia los puerros. Pícalos y ponlos a rehogar en una cazuela con un poco de aceite. Vierte un poco de agua y sazónala. Deja cocer durante 15 minutos. Tritura con una batidora, añade la leche y pásala por el chino o colador.

Pon las coles de brúscelas a cocer en la olla exprés con el accesorio para cocer al vapor. Tapa la olla, deja cocer durante 3 minutos y escurrelas. Inserta 2 coles por palito de brocheta, báñalas en la masa y fríelas en una sartén con aceite.

Sirve la crema de puerro en el fondo de un plato y coloca el pincho encima.





## Milhojas de tortilla

### Elaboración

Pon un poco de aceite en una fuente apta para el horno. Abre los pimientos por la mitad. Añadeles una pizca de sal y otra de azúcar e introdúcelos en el horno a 170 grados durante 10 minutos.

Pica las cebolletas finamente y ponlas a pochar en una sartén con un poco de aceite. Limpia y pica los champiñones en laminas, añádelos a la sartén, sazónalos y deja que se pochen bien. Bate 3 huevos, sazónalos, agrega los champiñones y mezcla bien. Vuelca todo nuevamente a la sartén y haz la tortilla.

Pica los ajos frescos y dóralos en una sartén con un poco de aceite. Bate 3 huevos, sazónalos y añade los ajos frescos. Haz la tortilla.

Pica 2 dientes de ajo finamente, dóralos en una sartén con un poco de aceite. Bate 4 huevos, sazónalos, pela las gambas, pícalas y añádelas a los huevos. Haz la tortilla.

Serve la tortilla de champiñones en el fondo de la fuente, coloca encima los pimientos del piquillo, encima la tortilla de ajos frescos y extiende después la salsa de tomate, y, finalmente, coloca la tortilla de gambas. Decora con una ramita de perejil.

Ingredientes (para 12 personas):

10 huevos  
24 gambas  
24 ajos frescos  
8 champiñones  
2 cebolletas  
2 dientes de ajo  
2-3 cucharadas de salsa de tomate  
4 pimientos del piquillo  
aceite de oliva virgen extra  
sal  
azúcar  
perejil





# Índice

Aguacates rellenos de salmón .....	224
Ajoblanco .....	86
Albóndigas con jamón y queso y fritada de tomate .....	178
Albóndigas de pavo con semillas de mostaza .....	54
Alcachofa en vinagreta .....	206
Alitas de pollo con salsa de soja y miel .....	252
Almejas a la marinera .....	152
Almejas rellenas .....	96
Anchoas marinadas con lima .....	144
Anchoas rellenas .....	220
Aperitivo de polenta, jamón y queso .....	64
Apio con queso .....	168
Arroz semáforo .....	154
Berenjena con tomates deshidratados y anchoas .....	30
Bocaditos de pimiento y pollo .....	128
Bonito con pepinillos .....	198
Brick de mercuria con bocaditos de chistorra .....	68
Brocheta de cordero .....	16
Brocheta de rape con pimientos asados .....	180
Brochetas de bonito con tomate y pepino .....	60
Brochetas de champiñones y pollo .....	236
Brochetas de conejo y plátano .....	84
Brochetas de hígado con tocineta .....	48
Brochetas de riñones con chips de colores .....	98
Calamares a la plancha .....	56
Capricho de tocineta, bacalao y tomate .....	10
Caracoles con setas .....	28
Carne cocida con pimientos .....	170
Carre de cordero al horno .....	186
Champiñones a la plancha con gambas .....	46
Champiñones en salsa de vino .....	156
Chistorra en hojaldre .....	218
Chuletillas de conejo guisadas .....	242
Chuletillas de cordero a la gabardina .....	80
Chuletillas de cordero con berenjenas .....	124
Coles de bruselas rebozadas con crema de puerros .....	256
Costilla de cerdo al tomillo .....	204



Crema de alcachofas con almejas .....	106
Crema de brócoli, calabaza y patata .....	248
Crema de calabaza con bacalao salteado .....	182
Crepes de champiñón y queso .....	188
Crepes de habas .....	72
Crepes rellenas de gambas .....	114
Croquetas de bacalao .....	52
Croquetas de gamba y patata .....	166
Croquetas de jamón serrano .....	112
Croquetas de jamón y pollo .....	244
Croquetas líquidas de queso .....	70
Dados de lomo en cazuela .....	94
Discos de calabacín y queso .....	62
Empanada de berberechos .....	22
Empanadillas de acelgas y jamón serrano .....	108
Empanadillas de queso, espinaca y huevo .....	36
Empanadillas de verduras y foie gras .....	246
Ensaladilla rusa .....	164
Filetes rellenos de verduras .....	32
Flamenquines cordobeses .....	192
Foie con espárrago verde y jamón .....	230
Fricandó de ternera con senderuelas .....	102
Gambas rebozadas .....	118
Gilda .....	202
Huevo cocido con gambas y mayonesa .....	194
Huevos rellenos de atún .....	176
Langostino marinado con puerro salteado .....	210
Langostinos con salsa de tabasco .....	92
Mejillones con pimientos .....	228
Mejillones en fritada .....	20
Mejillones gratinados .....	146
Mejillones rellenos .....	158
Merluza frita con piquillos .....	222
Milhojas de tortilla .....	258
Mini de pimiento y anchoa .....	6
Moluscos al azafrán .....	132
Montaditos de penca, queso y jamón .....	18
Morcilla de arroz con pimientos del piquillo .....	148
Ostras gratinadas con salsa holandesa .....	100
Pan con crema de queso, salmón y jamón .....	122
Pan con jamón y huevo de codorniz .....	226
Pan con tomate y jamón .....	26
Paquetes de huevos y jamón con crema de guisantes .....	82
Paquetitos de huevo y mollejas .....	136
Patatas con vinagreta picante .....	120



Paté casero a la pimienta verde .....	44
Pavo escabechado con verduras .....	38
Pencas de acelga rellenas de queso y salmón .....	190
Pepito de solomillo .....	14
Pescadito frito .....	212
Pinchos de hígado .....	200
Pinchos morunos .....	208
Piquillos con queso de cabra .....	214
Pudín de espárragos .....	58
Pudín de verduras .....	34
Puerros con salsa romesco .....	160
Pulga de calamares fritos .....	110
Pulpo a la gallega .....	140
Rabas con salsa de tabasco .....	42
Rape alangostado .....	174
Revuelto de hongos .....	130
Revuelto de perretxikos .....	66
Risotto de hígadillos de pollo y jamón .....	162
Rollitos de jamón .....	184
Rollitos de pollo y queso con alcaparras .....	90
Rollitos de raya a la pimienta rosa .....	240
San jacobos de anchoas albardados .....	88
Sándwich de jamón y verduras crujientes .....	126
Sándwich de queso de cabra y tocineta ahumada .....	8
Sardinias fritas enharinadas .....	232
Setas al horno con fritada de pimientos .....	254
Sobrasada con torta del Casar .....	234
Sopa fría de naranja con gambas .....	78
Talo con maravillas de cerdo .....	150
Tapas de jamón y queso .....	104
Tartaletas de alcachofas con velouté de jamón .....	74
Tartaletas de verdura .....	196
Tempura de brócoli .....	138
Tempura de puerro, cebolleta y zanahoria .....	142
Tigres .....	172
Tocineta con seta rebozada y aros de cebolla .....	238
Tontor de berenjenas, patatas y queso .....	250
Tortilla de anchoas .....	24
Tortilla de patatas .....	76
Tortilla de trufa y torta del Casar .....	12
Tostadas con anchoas negresco .....	50
Trenza de solomillo con pistachos .....	134
Vieiras gratinadas con provenzal .....	116
Vieiras rellenas .....	216
Volovanes rellenos de ajoarriero .....	40





Las recetas que componen este libro las he seleccionado pensando en que todas sean fáciles de hacer, variadas, y, sobre todo, ricas.

Os encontraréis con los típicos fritos: croquetas, calamares, empanadillas, etcétera. También he incluido una importante representación de pintxos con embutidos y una buena selección de tortillas. Pescados y mariscos de todas las formas y sabores, desde los langostinos en salsa hasta las almejas a la marinera, pasando por los mejillones rellenos, o por un original bonito con pepinillos o un delicioso volován relleno de bacalao ajoarriero. Tampoco faltan las carnes, como el pincho moruno, la trenza de solomillo con pistachos o la brocheta de conejo y plátano. Incluso he puesto algunas recetas de verduras, hortalizas y legumbres. Hay pintxos para todos los gustos: asados, fritos, cocidos y de todas las épocas, desde la clásica tortilla de patata hasta la moderna tempura de puerro, cebolleta y zanahoria. En total, 127 recetas hechas con mucho cariño y mucho fundamento.

Karlos

ISBN 84-96177-14-9



9 788496 177147

[www.karlosnet.com](http://www.karlosnet.com)

bainet   
media